

公民館特別教室 アロマテラピー教室 (初級 * 中級)

<初級コース>

日 程 10/24・31、11/7・14・21(土曜日)

時 間 9:00~11:00

受講料 4,000円(テキスト・材料費込み)

定 員 先着8名

対象者 中学生以上

<中級コース>

日 程 10/27、11/3・10・17・24(火曜日)

時 間 19:00~21:00

受講料 5,000円(テキスト・材料費込み)

定 員 先着8名

対象者 初級コースを全て受講している方、またはAEAJの
アロマテラピー検定2級以上をお持ちの方

・締切:10月17日(土)※材料の準備がある為、当日の受付はできません。

・中央公民館に受講料を添えてお申込み下さい。

・受講の際は、各自筆記用具をご持参ください。

○講師 竹下 千帆

(公社)日本アロマ環境協会認定アロマテラピーインストラクター

裏へ



初級コース

目的

アロマテラピーや精油(=エッセンシャルオイル)の基本について学びます。植物の香りを体験しながら香りに親しんで頂くことが主な目的です。

内容

- ・アロマテラピーとは
- ・精油とは・・・
- ・アロマテラピーを楽しむための注意事項
- ・精油のプロフィール(取り扱い精油:10種類)
- ・体験実習《香りのイメージを広げる試香体験、精油を生活に取り入れ気軽に香りを楽しむ方法》
- ・クラフト実習《サシェ、バスソルト、アロマスプレー、ロールオンフレグランス》



アロマテラピーとは、植物の心地良い香りを楽しみながら、植物の香りを持つ様々な力を生活に取り入れ活用する事によって、人が本来持っている自然治癒力を高める自然療法のひとつです。

香りに対する感性を呼び覚ますことは、心豊かな生活を楽しむための第一歩となります。この機会にアロマの世界に親しんでみませんか？



中級コース

目的

精油(=エッセンシャルオイル)が持つ成分と働き、身体の仕組みとストレスへの対処法、精油を活用したセルフケアについて学びます。自分自身の為のアロマセラピストになる事が主な目的です。

内容

- ・精油の成分と働きについて(取り扱い精油:20種類)
- ・健康との関わりについて(女性の心身とストレス)
- ・体験実習《香りのイメージを広げる試香体験、精油をセルフケアに役立てる方法》
- ・クラフト実習《化粧水、クリーム、軟膏、目的別ブレンドオイル》



自分のところとからだには、自分自身が一番理解を示し、優しくなる事が大切だと思います。女性の社会進出が進んだ今、生活を維持する為に自然のリズムに逆らわざるを得ない女性が多くなりました。繊細かつ複雑に働きかける女性の心身は、女性として生まれたその生命を全うしたいという理想と現実の狭間で悲鳴をあげているように思います。植物の優しい香りは、ライフステージごとに様々な困難を乗り越えようとする女性の心身に深く響き渡り、どんな時も心強くサポートしてくれる存在です。

いつも頑張っているご自身のところとからだの為に、一緒に学びを深めてみませんか？

<お申し込み先>

与論町中央公民館 ☎0997-97-2079

開館時間:9:00~17:00(日曜日休館)

管理者:NPO法人ヨロンSC

ホームページ <http://kouminkan.yoronsc.com>

