

はじめてのハーブとアロマ

7月12日（木）開講・3か月全6回講座

ハーブは免疫向上、血行促進など美容と健康に良い優れた効能が認められ、アンチエイジング、美肌、健康増進、心身のリラクゼーションなど身近なところで幅広く活用されています。自分に合ったハーブとアロマを暮らしに取り入れ、心とからだを癒しましょう。

★見学日＝6月14日・28日　ご希望の方は電話でご予約ください。

★講師からのメッセージ

美肌と健康づくりにハーブとアロマ（香りと成分）を活用しましょう。その時の気分や目的、体調にあわせた最も効果的なブレンドで作ることができます。

日 程●【7月】12日・26日【8月】9日・23日【9月】13日・27日　木曜日・午前10:30～12:00

講 師● 稲葉美智子さん　NPO ジャパンハーブソサエティー上級インストラクター
スリランカ・アーユルヴェーダ医学協会認定インストラクター

受講料● 9,070円（全6回分）

教材費● 4,800円（容器代込み。講師が教室で直接集金します。）

入会金● 新規ご入会の方は2,160円（2年間有効）

持ち物● 筆記用具

- | | |
|-------|---|
| ①7/12 | 日焼けの肌に向くローション2種類
夏の日差しを浴びる顔や体に適するローションを2種類作ります。 |
| ②7/26 | UVカットのリップクリーム
唇に保湿と栄養を与え、さらにUVカット効果もあるリップクリームを作ります。 |
| ③8/9 | バスフィズとバスソルト
泡と一緒に香りが広がるフィズとバスソルトです。すっきりとした香り、リラクスの香りなどからお選びいただけます。 |
| ④8/23 | ヘアローションとハープリンス
髪と地肌をもっと思いとおりにするヘアローションと、育毛効果のあるハーブでリンスを作ります。 |
| ⑤9/13 | 美白クリーム
日焼けが気になる肌にむく、美白成分入りのクリームを作ります。 |
| ⑥9/27 | ローズ香るアロマクラフト
美しいバラのつぼみをふんだんに使い、香りも色も楽しめる作品に仕上げます。 |

- *お申し込みが一定数に達しない場合、講座を延期または中止することがあります。
- *お申し込みの取り消し、無断キャンセル、中途解約には所定の費用を適用します。詳しくは「受講ガイド」でご確認ください。
- *講師のやむを得ない都合により日程を変更することがあります。予めご了承ください。
- *料金はすべて消費税込みの総額で表示してあります。

●お申し込み・お問い合わせ———福井カルチャーセンター
JR福井駅前・福井放送会館5階 電話(0776)23-3000 <http://291cc.jp>