

## 癒しの時間

## 講座と実習

「アロマセラピーの  
基礎知識」「アロマルーム  
スプレー作り」

※写真はイメージです

アロマセラピーとはハーブなどの芳香植物から抽出したエッセンシャルオイル(精油)の香りを楽しみながら心身の不調を癒す療法です。

今回は、アロマセラピーの基礎知識の講座と、アロマクラフト実習で自分だけのオリジナルアイテムを作ります。

■日 時：2024.12.14(土) 18:30~19:30

■場 所：東図書館2階集会室

■費 用：1,000円(材料費) 当日集金します

■申 込：11月26日(火)12:30~図書館HPイベント申込フォームから

■定 員：先着20名

■講 師：AEAJ認定アロマセラピーアドバイザー  
JAMHA認定ハーバルセラピスト  
中村 陽子さん(生活の木宇都宮福田屋店 店長)



図書館HP  
イベント申込