

リラックス効果抜群!

アロマテラピー教室

【募集要項】

日時 11月22日(土) 10:00~11:30
場所 生涯学習総合センター ゆめっくる
対象 沼田町民の方
定員 15名
参加料 無料
担当 沼田町教育委員会 芦名(0164-35-2132)

■講師■

増田 さおり 先生

介護福祉士、アロマテラピーアドバイザー、アロマハンドセラピスト

増田 雅邦 先生(沼田町地域おこし協力隊)



■アロマテラピーとは?■

植物由来のエッセンシャルオイルを使った自然療法です。心身のリラックスに効果があります。



■実施内容■

- ①アロマオイルを使用したハンドマッサージ
- ②アロマを使ったルームスプレー作成

申込はこちらからでも!



<参加申込書> 11月21日(金) 申込期限/当日参加も可能

氏名(全員分)	電話(代表者のみ)