

アロマセラピー(クラフト)
アロマストレッチ・ストレッチヨガ

■ 指導 □ 披露 □ 講演

しまだ あさこ

島田 麻子

くらし

活動内容	様々な効果を持つ天然のアロマオイルを使って日常生活にアクセントをつけてみませんか？ 心身共に元気になれる一時をお届けします。	
資格・経験 活動歴等	(アロマ)ナチュラルセラピー協会 日本女子体育短期大学舞踊科卒業	
活動の対象	<input type="checkbox"/> 未就学児 <input type="checkbox"/> 親子 <input type="checkbox"/> 小中学生 <input checked="" type="checkbox"/> 一般 <input checked="" type="checkbox"/> シニア	<input type="checkbox"/> どなたでも
活動可能日	<input type="checkbox"/> 月 <input checked="" type="checkbox"/> 火 <input type="checkbox"/> 水 <input type="checkbox"/> 木 <input checked="" type="checkbox"/> 金 <input type="checkbox"/> 土 <input type="checkbox"/> 日	<input type="checkbox"/> 相談可

具体的なプログラムの一例

タイトル：癒しのアロマ「マスクスプレーと消毒ジェル」

内容：感染症対策として欠かせないマスクと消毒。アロマの
効能や香りを知りリラックスできるオリジナルのスプレ
ーと消毒ジェルをつくります。

定員：8名

所要時間：60～90分

材料費：500円/人



街のアドバイザーから

アロマ効果でリラックス・リフレッシュしましょう！！