

講座番号 18-A-25 講座名 アロマの力で若返りと認知予防教室

講座日程	第 3 木 曜日	時間	始まり 10:00	終わり 12:00	募集人員	20名
4月 19	5月 17	6月 21	7月 19	8月	9月 20	
10月 18	11月 15	12月 20	1月 17	2月 21	3月	

ドウケアヤコ  
 教授名 道家綾子 講座教室 研修室303

#### ★教授プロフィール★

いつか結婚した時に家で出来る仕事を。とって最初に会ったのがアロマセラピーとリフレクソロジーでした。実際結婚して子供がアトピーになり、新たに手作り石鹸やクレイなども学びながら今までの経験を活かし、お薬に頼らず症状が落ち着いています。その後も実母の介護では口腔ケアやその他の仕事…。植物の香りのパワーを改めて実感。知っていて良かったと思いました。沢山の方に精油の香りが生活の一部となるような簡単にわかりや

#### ★講座概要★

ローズマリーの香りがアルツハイマー型認知症に効果があると認められていますが、植物の自然の香りは脳を活性化し、若さと健康に導いてくれます。毎回、若返り、健康をテーマとした簡単な運動と香りを使ったクラフトレッスンをを行います。

#### ★講座詳細紹介★

- ・材料費、テキスト代込み 1000円
- ・前半30分程度家事の合間などにできる簡単な運動やセルフケアのレッスン
- ・後半は若返り、健康を目的としたアロマクラフトの作製になります。

申込方法:①講座番号 ②講座名 ③住所 ④氏名(フリガナ) ⑤電話番号⑥生年月日 ⑦性別  
 をご記入の上 ハガキ・FAX・Eメールで、かしま灘楽習塾 事務局まで  
 TEL0299(85)2601 FAX(85)2602 〒314-0031 茨城県鹿嶋市宮中4631-1  
 Eメール kashimanada\_info@yahoo.co.jp

★講座日程は2月1日現在ですので変更のある場合があります。ご注意下さい。