

# はじめての アロマテラピー

～香りを楽しむ～

**6/2 6/16 6/30** いずれも**金曜日**  
**19:00～20:30(全3回)**

## 第1回 6/2:アロマテラピーとは

アロマテラピーとは何か、またアロマテラピーに不可欠な精油(エッセンシャルオイル)とは何かを学びます。アロマテラピーの定義や歴史、精油の性質や安全性を学んでいく中で正しい知識を身につけましょう。  
\*実習/ルームスプレー作り: おすすめの香りの中から数種類の精油をブレンドしたルームスプレーを作ります。

## 第2回 6/16:アロマテラピーで元気な毎日を過ごす

アロマテラピーのメカニズムを学び、日常のシーンに合わせたおすすめの実用方法を学びます。精油が心身に働きかける2つの経路を理解し、正しい実用方法を学ぶことでアロマテラピーをより安全に毎日の暮らしに役立てていきましょう。  
\*実習/バスソルト作り: 一日の終わりをじっくりケアしてくれるアロマの入浴剤を作ります。

## 第3回 6/30:アロマテラピーでビューティーケア

アロマテラピーのスキンケア実用方法や、アロマテラピーを楽しむ上での関連法規について学びます。精油を手作り化粧品に利用する際の注意点や、材料となる基材の種類・特徴を知り、学んだ知識を正しく生活に取り入れていくために気をつけるべき法律について触れていきます。  
\*実習/フェイス用美容オイル: 毎日のスキンケアに使用できるオイルを作ります。



講師: (株)生活の木 / 村井 むつみ氏

カルチャー事業本部リーダー

(公社)日本アロマ環境協会認定 アロマテラピーインストラクター

- ◆会場: 大和市文化創造拠点 シリウス 6階  
生涯学習センター 612文化創造室・会議室
- ◆対象: 18歳以上の方(市内在住・在勤・在学の方優先)
- ◆定員: 先着24名
- ◆参加費: 2,700円(全3回分)  
※5/26(金)以降のキャンセルは、キャンセル料1,000円がかかります。
- ◆持ち物: 筆記用具
- ◆申込み: 5/10(水)10:00～ 電話(046-261-0491)または  
6階生涯学習センター窓口にて受付



- ◆アクセス◆  
小田急江ノ島線・相鉄本線  
大和駅から徒歩3分  
※駐車場の数に限りがありますので、公共交通機関でのご来場をお願いいたします。  
※天候や交通機関の運行状況および、その他不可抗力により開催が中止となる場合がございます。



<http://www.yamato-bunka.jp/>

大和市文化創造拠点

検索