

アロマセラピー講座



介護に役立つアロマセラピー

アロマセラピーを介護の場面で活用する方法を、実習しながら学びます。
心地いい香りがするだけでなく、介護を受けるご本人の生活の質（QOL）の向上、
ご家族や介護者のストレスケアの方法など、アロマセラピーを活用しながら
より良いケアに役立てていきませんか。

- ◎ 日 程：土曜日昼：1回目 4月22日、2回目 5月13日
（3時間×2回：合計6時間） 13：00～16：00
木曜日夜：1回目 6月15日 2回目6月29日、3回目7月20日
（2時間×3回：合計6時間） 18：00～20：00

◎ 受講料： 17,000円（テキスト代、材料費、消費税込み）

- ◎ 内 容 ・ 介護に役立つアロマセラピーの活用法
・ ハンドマッサージ（実習）
・ 感染症予防のための抗菌スプレー作り（実習） など

ストレスケアに役立つアロマセラピー

ストレスが心身に及ぼす影響は、自分で思っているより大きいものです。
何となく体がだるい。よく眠れない。朝起きてもすっきりしない。気持ちが沈む。
なぜそのようなことが起こってくるのでしょうか？ その対処法は？
アロマセラピーを活用してストレスと上手に付き合っていく方法を
一緒に考えてみませんか。

- ◎ 日 程：5月13日（土） 10：00～12：00
◎ 受講料： 3,500円（テキスト代、材料費、消費税込み）
◎ 内 容 ・ 心身に及ぼすストレスのメカニズム
・ ストレスに効果的なアロマセラピーの活用法
・ 好みの香りで作る匂い袋作り（実習）

季節のアロマ&ハーブ（春バージョン）

私たちの体に備わっている自然治癒力を、それぞれの季節に合わせて高めておくことは、
病気やストレスに強い心と体を作る上で、とても大切なことです。
春・夏・秋・冬の季節に合わせて、活用できるアロマセラピーとハーブの活用方法を
日々の生活に取り入れ、毎日の健康維持に役立てましょう。

- ◎ 日 程：4月22日（土） 10：00～12：00
◎ 受講料： 3,500円（テキスト代、材料費、消費税込み）
◎ 内 容 ・ 体に備わる自然治癒力とは？
・ 花粉症や春の不調に役立つアロマセラピー&ハーブ
・ 春のオリジナルルームスプレー作り（実習）

※「ストレスケアに役立つアロマセラピー」と「季節のアロマ&ハーブ」を同時申込みされる方は受講料が6,500円(500円割引)になります。

<受講について>

【対象】アロマセラピーに関心のある方ならどなたでも

【場所】ぱーくす倶楽部（大阪市東成区東小橋1-18-33）

【講師】山本 直美（Aroma & Herb ～野の香～）

【定員】6名 ※2名様以上での開講となります。

【お支払方法】当日、受講料をご持参ください。

【持ち物】筆記用具

「介護に役立つアロマセラピー」を受講の方は、2回目の受講時にタオル2枚

【お申し込み方法】【お問い合わせ先】

メールにて以下の必要事項をご記入いただき、お申し込みください。

送信先：aroma.nonoka@gmail.com

件名：アロマセラピー講座申込み

本文：「受講コース名」

「お名前（漢字）」

「お名前（ふりがな）」

「電話番号」

「メールアドレス」

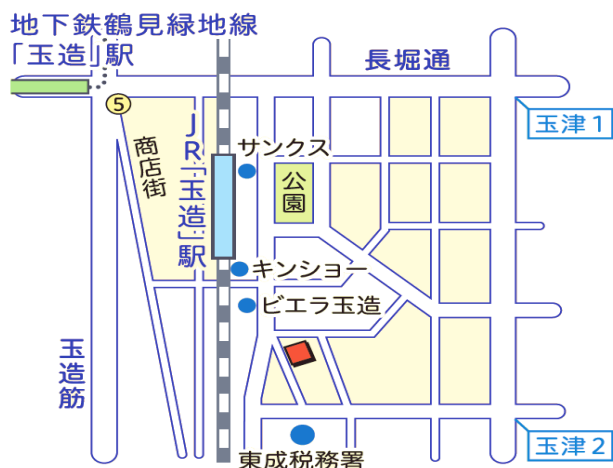
「備考（何かありましたら）」

※ お申込み後、受付完了のメールを返信させていただきます。

3日たっても返信がない場合、お手数ですが再度メールの送信をお願いいたします。

◆ 2名様以上で「介護に役立つアロマセラピー」をお申し込みいただける場合

- ・ 受講日はご相談に応じます。
- ・ 出張講座をご希望の場合はご相談ください。（受講料＋交通費）



【アクセス】

- ・ JR玉造駅（環状線外回り）から徒歩5分
- ・ 鶴見緑地線玉造駅（5番出口）から徒歩7分