

講座番号
11

講座名
今からはじめる花粉症対策～ハーブ・アロマ

日時 11月6日(火) 10:00～12:00

場所 中央公民館 実習室

回数 1回

定員

10名

講師名

片山裕子



毎年つら～い花粉症。

もう一生付き合っていくしかないと思いませんか？

実は、春に向けて、今からちょっと生活に気をつけて、対策をしていけば、症状は改善できますよ。薬ばかりに頼らず、ナチュラルに治したいという方に、とてもおすすめです。

また、ハーブやアロマで、より快適に乗り切るための工夫もお伝えします。



ハッピーライフセラピスト 片山裕子

主な資格 AEAJ認定 アロマセラピーインストラクター
JAMHA認定 ハーバルセラピスト

主な実績 中部大学サテライトカレッジ講師・教育委員会より
講座依頼多数・大垣中日文化センター講師

忙しい方でも、心身ともに健康的な生活が送れるように、日常で手軽にハーブやアロマなどの自然療法を取り入れられる方法を研究しています。また、瞑想・食やストレスケア法などもお伝えしています。



受講料 700円

教材費 300円

持ち物

筆記用具
ふきん
マグカップ