

ハーブに学ぶ
オトナの家庭科

Witch's Herb
生活研究所

「中医アロマ」と「ハーブ」の基礎講座

東洋の「中国伝統医学」と西洋の「アロマセラピー」が融合した「中医アロマ」は漢方薬の代わりに精油を使い、経絡・経穴にアプローチする療法です。

西洋のハーブや中国の生薬、日本で手当てに用いる山野草もみんな植物です。

「植物療法」＝ハーブ・アロマ・中医学の基本を身に付けて、まずはあなたが健康美人に！
そしてあなたの家族や両親、子供達や大切な人が大きな病気にならないように、ちょっとした不調に対して、おうちでケアする『セラピスト』になりませんか？

おうちでできる美容法&健康法がたっぷりの植物療法

2月 2日(金)・14日(水)・20日(火)

3月10日(土)・14日(水)・28日(水) 10:00~13:00

受講料 10,000円/3Day (材料費込・税別)

※①~③を3ヵ月以内に受講 (日程が合わない場合、応相談で受講日を個別に設定可)
※お好きな講座だけの1Day受講もできます。5,000円/day (材料費・税込)

肩こり、頭痛、生理痛、冷え、むくみ・不調を自分でケアしたい人、アロマに興味のある人に！

魔女の手仕事じかん

日本には四季折々のゆしみがありません。その反面、環境の変化に身体がついてゆけず不調になることもしばしば。昔の人は一年を二十四に分け季節の変化を感じていました。(二十四節気) 更には5日毎に自然が変化していく様子を体で感じていたのです。(七十二候) 秋の終わりを感ずると冬支度を始めるように、衣食住のいろんな知恵を先人から学び、心豊かに暮らしませんか。

～立春(ブリギッド)・春分(イースター)～

- ①柚子の種チンキ100ml(500円) ②エプソムソルトのバスソルト(500円)
③バスソルト(300円) ④アイピロー(1,000円) ⑤パフューム5ml(1,000円～)
⑥ローズマリーとゼラニウムの化粧水100ml~150ml(500円)
⑦いちごのリップクリーム(200円)

上記と同日程14:00~15:30

参加費 1,000円 (税込) お茶とお菓子付

※お好きなものが2つまで作れます(参加費+ご希望の材料費<税込>) 事前予約が必要です。

☆ 裏面もご覧ください。

講師:ハーブ・インストラクター
中医アロマ・アドバイザー
介護予防アドバイザー 三尾 えみ

下記の■5項目添えて、お申込みください。

①携帯 (090-5136-0871) 直接お電話 or ショートメールで

②メール (xoxo-boo@live.jp)

ふりがな

■お名前：

■ご職業：

■生年月日 (わかれば時間も)：

※先天の精 (生まれた時の健康状態をみます)

■ご連絡先お電話番号：

■ご希望の講座と日時：

※「中医アロマ」と「ハーブ」の基礎講座 Part①～③ または「魔女の手仕事じかん」①～⑦などの講座

	2/2 (金)	2/14 (水)	2/20 (火)
2月 10:00～13:00 ●午後「魔女の手仕事じかん」 14:00～15:30	中医学入門講座 Part① ～中医学の基本の基本～ 「中医学と漢方の違い」 「陰陽学説」「五行学説」 ～ハーブと生薬～ 「ハーブ入門講座」実践編 ・体質診断してみよう ・ハーブティーを処方してみよう	中医学入門講座 Part② ～弁証論治～ 「気血津液」「八綱弁証」 「五臓六腑弁証」 ～中医アロマと四気五味～ 「アロマテラピー入門講座」 ・体質診断してみよう ・香りを処方(ブレンド)してみよう アロマミスト	中医学入門講座 Part③ ～経絡・経穴～ 「正経十二経脈」 「経穴」 ～経穴の取り方～ 「セルフケア・マッサージ」 ・体質診断してみよう ・トリートメントオイルを作ります
	3/10 (土)	3/14 (水)	3/28 (水)
3月 10:00～13:00 ●午後「魔女の手仕事じかん」 14:00～15:30	中医学入門講座 Part① ～中医学の基本の基本～ 「中医学と漢方の違い」 「陰陽学説」「五行学説」 ～ハーブと生薬～ 「ハーブ入門講座」実践編 ・体質診断してみよう ・ハーブティーを処方してみよう	中医学入門講座 Part② ～弁証論治～ 「気血津液」「八綱弁証」 「五臓六腑弁証」	中医学入門講座 Part③ ～経絡・経穴～ 「正経十二経脈」 「経穴」 ～経穴の取り方～ 「セルフケア・マッサージ」 ・体質診断してみよう ・トリートメントオイルを作ります

●Witch's Herb 生活研究所より終了証を発行いたします。

※4月以降のご案内は2月末のチラシ・ホームページ (らら京都・Witch's Herb生活研究所) にてご案内します。

場所：京都府男女共同参画センター らら京都 京都テルサ東館2F 交流コーナー

電話：075-692-3433

《お申込・お問い合わせ》

※3日前までに (お名前・連絡先・ご希望の日時等) 下記にてお申込ください。

※材料等準備等のため2日前から50%のキャンセル料が発生いたしますのでご注意くださいませ。

主催：Witch's Herb 生活研究所

受付担当：三尾

携帯：090-5136-0871

メール：xoxo-boo@live.jp

H.P：http://www.bibbidi-bobbidi-boo.jp/

共催：京都府男女共同参画センター らら京都