

植物
ハーブに学ぶ
オトナの家庭科

Witch's Herb
生活研究所

「中医学アロマ」と「ハーブ」の1Day講座

世界中の家庭で古くから民間療法として伝えられてきた植物療法。
東洋の「中国伝統医学」と西洋の「アロマセラピー」が融合し「中医学アロマ」になりました。
中薬（漢方薬）の代わりに精油を使い、経絡・経穴にアプローチしたトリートメントを行います。

自分と家族や両親、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

10月 13日(金)・19日(木)・30日(月)

11月 8日(水)・15日(水)・25日(土)

12月 6日(水)・16日(土)・21日(木)

10:00~12:30

受講料 2,500円/1Day (材料費・税込)

注) 裏面の日程表に★印が表示されているものに関してはプラスの材料費が必要です。

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！

ハーブとアロマの「たのし茶話会」

ひと言で「お茶」といっても茶ノ木(カメリアシネンシス)から作られる緑茶や
ウーロン茶、紅茶だけでなく花茶、薬草を使ったハーブティー、
生薬を煎じた漢方茶、ブレンド茶を加えれば無限に広がるお茶の世界。

人々の心を潤しからだを癒し、精神を酔わすお茶。

かつて媚薬や不老不死を目的としてきたお茶の「歴史」にも触れながら、
数種のお茶をテイスティング。心潤うひと時を・・・

～こころに届き からだに効くお茶～

茶に合わせたお菓子付

13:30~15:30

参加費 1,000円 (税込)

「中医学アロマ」と「ハーブ」の1Day講座のあとの時間

☆ 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

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：

※【「中医学アロマ」と「ハーブ」の1Day講座】では、予約特典&スタンプカードの特典などをご用意しています。

●保育ルームご希望の方：ご住所・お子様の性別・お名前・年齢etc. が必要です。

	10/ 13 (金)	10/19 (木)	10/30 (月)
10月 10:00~12:30 ●午後は茶話会 13:30~15:30	中医アロマ1Day講座 スタート講座 「陰陽五行学説とアロマ」 ・体質診断してみよう クリスタルパワーミスト ・お茶とお菓子	中医アロマ1Day講座 「気血津液弁証とアロマ」 ・身体の巡りをチェック・養生法 エプソムソルトで作る バスソルト ★500円 ・お茶とお菓子	ハーブ1Day講座 「魔女の薬草研究会」 ハロウィン「パーベイン」 ・ハーブの効能や逸話など ハンガリーウォーター ★500円 ・おまじないのお茶とお菓子
	11/ 8 (水)	11/15 (水)	11/25 (土)
11月 10:00~12:30 ●午後は茶話会 13:30~15:30	中医アロマ1Day講座 「五臓六腑弁証とアロマ」 『肺』 婦経の精油とツボ ~呼吸器系トラブルと肺の役割~ 美肌ローション ・お茶とお菓子	ハーブ1Day講座 「魔女の薬草研究会」 サウイン「エルダー」 ・ハーブの効能や逸話など。 スリープピロー ★500円 ・おまじないのお茶とお菓子	中医アロマ1Day講座 「気血津液弁証とアロマ」 ・身体の巡りをチェック・養生法 トリートメントオイルと ハンドマッサージ ★500円 ・お茶とお菓子
	12/ 6 (水)	12/16 (土)	12/21 (木)
12月 10:00~12:30 ●午後は茶話会 13:30~15:30	ハーブ1Day講座 「魔女の薬草研究会」 ユール「クリスマスローズ」 ・ハーブの効能や逸話など フルーツポマンダー ★500円 ・おまじないのお茶とお菓子	中医アロマ1Day講座 「五臓六腑弁証とアロマ」 『腎』 婦経の精油とツボ ~内分泌系トラブルと腎の役割~ 女子力UPの練り香水 ★800円 ・お茶とお菓子	中医アロマ1Day講座 「気血津液弁証とアロマ」 ・身体の巡りをチェック・養生法 トリートメントオイルと ハンドマッサージ ★500円 ・お茶とお菓子

★ 少人数制なのでお申し込みはお早めに・・・(材料等準備のため、前日以降は50%のキャンセル料が発生しますのでご注意ください。)

★ プラスαの材料費がかかる講座もあります。★印で記載しています。

※ 午後は茶話会ですが、補習講座やアロマとハーブの(クラフト)教室として個別での予約を受けてもいます。

場所：京都府男女共同参画センター 京都テルサ東館2F 交流コーナー

電話：075-692-3433 Fax:075-692-3436 mail: info@kyoto-womensc.jp

※ 3日前までに(お名前・連絡先・ご希望の日時)下記にてお申込ください。

※ 未就学児童(生後6ヶ月から)の無料保育ルームが利用できます。

ご希望の方は各講座開催日の10日前までに予約が必要です。

《お申込・お問い合わせ》

主催：Witch's Herb 生活研究所

受付担当：三尾(みお)

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

ささやかではございますが…

プレゼント券
 ~季節のハーブティー~

※ご参加の際、本券をご持参ください。