



# 「アロマでリセット!! ☆」

## リフレッシュスプレーづくり

イライラしている時、気持ちが落ち込む時、毎日の生活の中で心が揺れ動くことが多く、ストレスにつながる場合があります。そんな時に気持ちが和らぐアロマテラピーの取り入れ方がわかっていると、アロマテラピーが一つのストレス解消法になります。

簡単に作れ、生活の中に取り入れてもらいやすいアロマクラフトを作成します。

- 日時：令和3年 12月10日（金）  
10:00 ~ 12:00
- 講師：アロマテラピー、アロマインストラクター  
セラピスト 白井 弥さん
- 会場：コミセンきたの 大ホール

(TEL 077-586-2450)

みんなで学んで、楽しく作りましょう!

先着 30名 (材料費 300円)

申し込み締め切り 12月6日(月)



- ◆電話やメールで野洲市社会福祉協議会、ファミリー・サポート・センターへお申し込みください。
- ◆託児の必要な方は、予め申し出てください。
- ◆会員さんや、お友だち、お知り合いにもお声掛けいただき、たくさんのご参加をお待ちしています。市民の方なら、どなたでも参加いただけます。



野洲市社会福祉協議会

担当 山本、岩井

連絡先 電話. 077-589-5960

FAX 077-589-5783

アドレス [iwai@yasu-syakyo.or.jp](mailto:iwai@yasu-syakyo.or.jp)