

2023年



# フローラメディカの薬箱

## アロマとツボでセルフケア

募集中!

心身のお悩みを植物の力で改善してみませんか？

東洋の経絡とツボ、西洋のアロマセラピーは、古くから民間療法として親しまれてきたもので、いずれも「自分の身体は自分で守る」ことにつながっています。講座では植物（ハーブ）の香りを凝縮したエッセンシャルオイルを使って、体質や体調に合わせたトリートメントオイルを作ります。さらにオイルを使ってツボ刺激を取り入れたセルフケアを実践し心と身体を自分の手で癒す方法を学びます。心地よい香りに包まれながら自分の心と身体にじっくり向き合ってみませんか？※セルフケアは医療行為ではありません。明らかな不調がある場合は、医療機関への受診をお勧めします。

**持ち物** 手足、胸元のセルフケアをします。オイルがついてもよい半そでのTシャツと短パン、タオルをご持参下さい。



日程	時間	受講料(税抜)
8/8(火) 8/22(火)	10:30~12:00 (都合の良い日をお選びください)	3,500円/1回 税込3,850円

※ご予約は各講座開講日の3日前まで店頭またはお電話、ネットにて承ります。  
但し、各講座 定員になり次第〆切らせていただきます。

定員6名

ネット予約はこちら 〒930-0887 富山市五福2337-5  
TEL : 076-444-5151  
<http://www.alterna-inc.jp>



フローラメディカ

