

ストレスや病気のケア・予防に、  
心を通わせるコミュニケーション  
ゆったり過ごす、優しく接する



芝CCクラブ  
主催

## アロマテラピー講座

12/22 芝コミュニティハウスにて開催

大場講師(NPO法人)の話にも弾んで、はあ〜い！



薫りもいいし、  
手もスベスベ



認知症予防にも  
バッチリ効く  
んだって..

ブレンドする  
と、また違った  
スッキリ~

エッセンシャルオイル(精油)は、  
ラベンダーやマンダリンなど  
人気でしたね！

殺菌、消毒、肌トラブル予防など  
広範囲な効果が期待される  
が、なんといっても「精神安定」  
など、ゆったりとした気分にな  
れるのが魅力的！



- CCメンバーの提案で実現したセミナー、みなさん顔がほころび、楽しい雰囲気最後までワイワイでした。(約1時間)
- 芝地区総合支所の支援もあって、今のところ参加費無料(通常は2000円程度)。高齢者など区民のセーフティーネットワーク事業の一貫で力を入れているそうで、お得感いっぱいの講座でした。
- 人気講座の一つでもあり、支所としても今後もいろいろな機会を捉えて開催する予定だそうです。未だの方、参加されてはどうでしょうか？

(取材)  
地域連携部会  
川上