

〈講師〉

あべ けいこ
阿部 啓子

ジャパンハーブスクール・NHK学園講師・淑徳大学公開講座講師
 メディカルハーブ協会ハーバルプラクティショナー
 アロマ環境協会アロマセラピーインストラクター

〈講座内容〉

ハーブ、スパイス、精油等の使い方のより詳しい知識を学び暮らしに役立てます。初級程度の経験のある方対象の講座です。

〈用意するもの〉

筆記用具、エプロン、布巾
 教材費12回12,000円（前期・後期二回に分けて集めます）

〈会場〉 稲城市立iプラザ

〈定員〉 15名

〈時間〉 第2(木) 19:45~21:45

〈対象〉 成人

4/14	健康とハーブティ（季節と体調）
5/12	ハーブとアロマで防虫対策
6/9	食卓のハーブ&スパイス
7/14	フレッシュラベンダー活用
8/18	夏をのり切るスパイス講座
9/8	ハーブ&アロマの化粧品
10/13	秋から冬のハーバルライフ
11/10	乾燥から肌を守る（クリームとパック剤）
12/8	香るリースを作りましょう
1/12	ハーブと薬膳について
2/9	冬のクラフトポマンダー&サシュ
3/9	冬から春のハーバルライフ（ティと料理）

※カリキュラムは変更の場合があります。