

ケアする人のためのメディカルハーブ教室Ⅱ ～セルフケアに活かす植物のチカラ～

ケアする人をケアしたい「介護職のための介護塾」で開催するメディカルハーブ教室Ⅱは、ホルモンバランスや女性特有の悩みに焦点をあてた内容です。ケアする人は、どうしても自分のことは後回しにしがちです。自分の体の声を聴き、セルフケアする方法を楽しく学びましょう。今回のお楽しみは、お酢の中にハーブを浸して作る**ハーブビネガー**です。飲んでよし、入浴剤にもよし。掃除用スプレーにもよし。お好みのハーブビネガーで、毎日をワクワクに♪

【土曜夜コース】	4月20日(土) 18:30～20:00
【日曜昼コース】	4月21日(日) 13:30～15:00

【募集定員】 各6名様

【参加費】 2,000円 (材料費込)



お問い合わせ☆お申し込みは
メールまたは、直接ヨナゴまで

【会場：ほっとサロンおふく】

伊予市下吾川951-1
(伊予消防署前)

<http://www.ohuku-care.com>

Mail:parati-hty@rouge.plala.or.jp

【主催】おふく代表 米子香苗
看護師・ハーバルセラピスト
(日本メディカルハーブ協会認定)

