

# アロマの香りと 温もりの講座

アロマの香りと手の温もりによる  
『人・地域をいたわる』事業の一環です

「好きな香り」や「触れる事」は  
幸せホルモン「オキシトシン」アップ！  
ストレス社会の今

大人の方も学生さんもお子様もぜひご体験ください



参加者様からのご感想  
ありがとうございます！

『手のひらのマッサージがあんなに気  
持ち良いとは思いませんでした  
また帰ったら母にもやってあげようと  
思います』

## 自分を癒そう！

## ハンドトリートメント練習会

11月16日(水) 12月17日(土)

## 誰かに癒しを届けるために！

## ハンドトリートメント練習会

11月26日(土) 12月27日(火)

- ◆ 時 間 14:00~15:00
- ◆ 会 場 庄内地区公民館
- ◆ 持ち物 バスタオル1枚・筆記用具
- ◆ 参加費 200円(材料費の一部として)
- ◆ 内 容 アロマ(精油)をスイートアーモンドオイルで希釈してマッサージオイルを作り、そのオイルを使って手から肘までをなでたりさすったりします。



### お問い合わせ・お申し込み

できるだけメールや  
インスタグラムDMから  
『香りの会』青木まで  
お願い致します

メール

kaorinokai@yahoo.co.jp

TEL

090-2549-9702

お名前・ご希望日・連絡先を  
お知らせください



Instagram



メール

この講座は松本市が庄内地区  
をモデル地区として実施してい  
る松本市地域自治支援交付金制  
度で採択された事業のひとつで  
す 庄内地区地域づくりセンター

● 庄内地区の施設・お年寄りサロン・子  
育てサークル等の関係者の皆様

『人・地域をいたわる』ハンドトリート  
メントに伺います！

ご興味のある皆様 『香りの会』までご

連絡下さい。



● 訪問させていただいた施設スタッフ様  
からのご感想ありがとうございます！

『利用者さんに感想を聞くと、表  
情も明るく笑顔で第一声「気持ち  
よかった」と。私もとても嬉し  
ました。』

