

とちぎ市民学舎 “発見の森”

発見の森セミナー 2月募集!!

香り心地よく過ごす

〜キレイになるアロマセラピー〜

このセミナーでは、乾燥が気になる季節に合わせたトータルスキンケアを学びます。ご自分のお肌に合わせてアロマをブレンドし、好きな香りの手づくり化粧品を毎日気持ちよく使っていたく事で、乾燥だけでなくストレスや、ちょっとした身体の不調などがアロマの効果で落ち着いている事に気づきます。

日時 2月25日、3月3日・10日・17日の土曜日

午前10時〜11時30分

場所 栃木第五地区コミュニティセンター (箱森町)

対象 どなたでも
講師 石井美知子氏 (セラピスト)

定員 20人 (先着順)

受講料 2,000円

材料費 5,000円
(申込時に材料費をお支払いください。)



◆申込み
2月2日(木)午前8時30分〜
直接又は電話で 生涯学習課
(21)2705・2706へ
※電話受付の後、窓口で申込書の記入と受講料の納付をしてください。

1回目 アロマセラピーの基本知識
(実技：ナチュラルソープ作り)

・アロマの基本的な使い方を学び、ご自分専用の石鹸をお好きな香りで作ります。

2回目 アロマの活用術
(実技：バスボム作り)

・あらゆるシーンで役立つアロマの活用術について学び、お風呂の中でシユワシユワとはじけて香りが広がる入浴剤を作ります。

3回目 ベースオイルの選び方
(実技：ハンドクリーム作り)

・ベースとなる植物油の特徴を知り、ミツバチが集めたミツロウから作る保湿効果抜群のハンドクリームを作ります。

4回目 植物の有効成分
(実技：ナチュラル美容液作り)

・植物の有効成分を学び、しっとりお肌に導く植物のオイルで作るお肌に合わせた天然の美容液を作ります。

冒険遊び場

(ねずみもちパーク)

開園予定表

2月の冒険遊び場は、第4土曜日のみ開園します。今回はアウトドアクッキングです。親子で楽しく作りましょう。

おいしくたべて、
寒さを吹き飛ばそう!



日時 2月25日(土)

午前10時〜午後5時

場所 大平公民館に隣接する中央公園

対象 どなたでも

内容 親子アウトドアクッキング
(午前10時〜午後1時)

石窯でナン作り&キーマカレーを作ります。

定員 10組 (先着順)

参加費 1組200円

申込・問合せ

2月2日(木)午前8時30分〜電話で大平教育支所 (21)9219へ

