

指導(活動)分野	アロマスプレー作り	指導 披露 講義
ふりがな	ぐリーん リーふ	登録番号
氏名またはグループ名	green leaf	C - 38
指導(活動)内容	・エッセンシャルオイル、ハーブを使って季節にあったアロマスプレーを作ります	
対象者の程度	気軽に楽しむ	初心者向け 中級者向け 上級者向け レベル問わず
対象者の年代	乳幼児(親子)	小学生 中高生 大人 高齢者 どなたでも
資格・指導の経験・活動歴	・コミュニティハウスでのアロマスプレー作り ・JAMHA ハーバルセラピスト	
経費	・指導(活動)料 5,000円 ・材料費 500円～ ・交通費 実費	

### 【プログラムの一例】

#### 夏の虫よけスプレー

定員:10人 所要時間:90分

- ① 作り方の説明
- ② エッセンシャルオイルの説明
- ③ スプレーの入れ物に無水エタノール、好みの精油、精製水を順に入れる
- ④ 生活の中での活用法について(気分のリフレッシュ、マスクにつける)
- ⑤ ティータイム  
季節のハーブを使ってティータイムをします

・その他エッセンシャルオイル、ハーブを使って自然化粧品、小物をつくります



### 【街の先生からひとこと】

生活の中に豊かな香りを取り入れましょう。