

# ケアする人のためのメディカルハーブ教室 ～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」でメディカルハーブ教室を開催します。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ね。心身ともに無理を重ねてしまう前に、体調を整えたり感染症を予防したりする習慣を身につけましょう。安心安全で簡単にできるセルフケアとして、メディカルハーブをつかう方法を楽しく学ぶ教室です。今回のお楽しみは、ハーブの植物化学成分をアルコールで抽出する**ハーブチンキ**作りです。

【土曜夜コース】	10月20日(土) 18:30～20:00
【日曜昼コース】	10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】

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

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

伊予市下吾川951-1  
(伊予消防署前)

【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)

