



豊かな森林に恵まれた日本。その森には、千利休が秀吉と対峙した際に差し出したと言われる黒文字など、素晴らしい香りを放つ沢山の樹種があります。戦国時代に武将達が戦いに臨む際、心を鎮めるために向き合っていたといわれる樹々の香り。日の本一の兵、かの真田幸村も香りで心を慰めていたかも知れません。世界に誇る日本に育つ美しい香りを、アロマセラピーという現代の形で、皆様に愉しんで頂きたいと思います。アロマが初めての方も、どうぞお気軽にお越しください。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

### 🌹 講師:五十嵐 知子

- ・東御市にてアロマセラピースクール主宰
- ・アロマセラピースクール  
アロマ・フィエスタ代表
- ・ナード・アロマセラピー協会  
アロマインストラクター、アロマセラピスト
- ・日本アロマコーディネーター協会  
トップインストラクター
- ・Yuica 認定国産精油スペシャリスト



### 🌹 お問い合わせ

\* 日 時 : 4月24日(日)  
9:30~11:30

\* 会 場 : 花と緑に囲まれた公園墓地  
「エンゼルパーク上田」  
上田市小牧 846

\* 定 員 : 16名 (定員になり次第締め切らせていただきます)

\* 参加費 : 2,800円 (お支払いは当日現地にてお願いいたします)

※材料費・お茶代含む

\* お申込先 :  0120-516-51

開園時間:9:30~17:00

休園日 水曜日

\* 申込締切 : 4月19日(火)

### 🌹 内容

日本の植物から抽出された香りは、私達日本人にはとても懐かしく馴染みやすい香りです。講座では、黒文字や匂辛夷(ニオイコブシ)などの香りをお試し頂いたり、香りと記憶、香りによる認知症予防の可能性などのお話を致します。そして、簡単なお香作りの後は、園内の散策やティータイムで、ゆったりした心緩む時間をお楽しみ下さい。

#### 1. 講習

- ①アロマセラピーの概要
- ②日本の精油について
- ③香りと記憶



#### 2. アロマクラフトづくり

コーン型のお香を作り  
お持ち帰りいただけます。  
お家で香りを付けて愉しみください。

#### 3. ティータイム休憩&園内散策

季節に合わせたティータイムと  
エンゼルパーク園内のお花を  
ご覧ください。



当日は園内の  
パンジー&チュ  
ーリップ&ヒヤ  
シンスが見頃を  
迎えます!  
ぜひ、お花を見  
にお出かけくだ  
さい!