



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。



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。



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 : 各 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)



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！