

風邪が気になる季節のセルフケアに



冬を乗り切るアロマミスト作り

寒さや乾燥で体調をくずしやすい今季節に
心も体も穏やかに整えるアロマミスト（ガラスボトル30ml）を作ります。
抗菌・抗ウイルス作用をもつ精油の中から、
お好きな香りを選んで、自分だけの1本を仕上げましょう。
はじめての方も気軽にご参加いただけます。

2026
1/20
(火)



時間：①10:00～10:45 ②11:00～11:45
場所：北谷町健康トレーニングセンター
定員：各回3名の少人数制
参加費：1,800円（材料費込み）
講師：仲宗根佳世
ご予約はチャトレ受付まで
お問い合わせ：098-936-7220