

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の季節に  
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