



夏の疲れをいやしてパワーチャージ

アロマ フットセラピー

9/2 Sat. 15:00-16:30

早めのケアで
毎日を快適に♪

いよしのアロマでパワーチャージ
香りを楽しみながらフットセラピー♪

会 場：茅ヶ崎男女共同参画推進センターいこりあ
神奈川県茅ヶ崎市新栄町12-12 茅ヶ崎トラストビル4階

開催日：2023年9月2日（土）

時 間：15:00～16:30

参加費：1,700円（税込み）※当日、現金でお支払いください

持ち物：バスタオル、水分補給用の飲み物、膝までまくれるズボン

定 員：12名（最少催行人数5名）

講 師：アロマセラピー講師・坂田 弘美 / フットセラピー講師・関根 歩



夏の疲れをいやしてパワーチャージ アロマフットセラピー

夏は、暑さと冷房の寒さで体が大忙し。また、暑いとコンディショニングも怠りがちです。そんなときこそ、アロマフットセラピーでコンディションをととのえて元気に過ごしましょう！

特徴 1

オリジナルのマッサージ用オイルを作ります

8種類のアロマから好きな香りを選び、ベースオイルと混ぜてマッサージ用オイル（30ml）を作ります。講師が丁寧にレクチャーしますので、アロマに慣れていない方も安心です。

特徴 2

自作のオイルでじっくりとフットセラピーします

「ほぐす力は、強く・弱く」を自分の身体に合わせながらセルフコンディショニングします。体調をととのえるツボや経絡を講師がガイドします！ 翌日、20年前の足の軽さがよみがえります。

◎ 申し込み方法

電話またはメールで、下記までお申し込みください。

【電話番号】090-8331-0313

【メールアドレス】ayuayu0813@gmail.com

※メールには、氏名と連絡先（電話番号またはメールアドレス）をご記載ください

◎ 講師プロフィール

坂田 弘美（アロマ担当）

アロマセラピーの教室「AMBER BOTTLE AROMATHERAPY」主宰
（公社）日本アロマ環境協会（AEAJ）認定
アロマセラピーインストラクター
<https://www.amberbottle.com>

関根 歩（フットセラピー担当）

AFTアロマフットセラピー講師、ヨガ講師、
健康運動指導士。茅ヶ崎市を中心に活動
（一社）Educate Movement Institute公認
Aroma Foot Therapy AFTセラピスト
<https://iki2taiso.com>