



メディカルハーブでセルフケア 冬の身体を整える

寒さが厳しい富山の冬は、しっかり体調管理を行う事が大切です。

冷えから生じる血液循環の滞りや免疫低下、室内の乾燥から起こる皮膚トラブルなどに悩まされることも多い季節です。

この講座では、メディカルハーブを活用した冷えの緩和や風邪予防、皮膚トラブルの改善など冬の身体を整え健やかに過ごすための方法をお伝えします。

実習では、症状・目的などに合わせたオリジナルチンキ剤を作製します。

▶日時

11月8日（日）10:30～12:00

11月13日（金）10:30～12:00（ 両日同内容）

▶受講料 3,850円（税込・材料費込）

▶定員 6名

▶持ち物 筆記用具

※ご予約は各講座開講日の3日前まで店頭またはお電話、ネットにて承ります。
各講座定員になり次第メ切らせていただきます。

〒930-0887 富山県富山市五福2 3 3 7 - 5
TEL : 076-444-5151 FAX:076-444-5150
<http://www.alterna-inc.jp>

ネット予約はこちら



フローラメディカ