

「オーガニックで作る香りと癒し♡

ハーブクラフト体験」

講師：トータルボディケア アルモニア代表
有富 美幸氏

第1回：12月15日（金）13:30～15:30

「ハーブ入りの甘くない大人のクッキー作り」

第2回：1月12日（金）13:30～15:30

「マッサージオイル作り」



↑

ハーブとチーズの塩クッキー
&ハーブ入りスコーンを手作り
しました😊🎵
スーパーでも手に入れること
のできるハーブを使い、お手軽に
生活でハーブを取り入れる方
法を学びました。

↑

トリートメントオイル&蜜蝋を使ったハンドクリーム(軟
膏)作りの様子😊✨自分の好きな香りに包まれながら
キレイを保つハンドマッサージのしかたを教わりました。