

埼玉県立浦和西高等学校  
校長 杉林正敏  
PTA 会長 木村宏政  
PTA 文化部 渡辺美和

文化部特別企画ご案内

## 『ご存知ですか？アロマパワー♡』

～除菌やイライラ解消！勉強の集中力も up するんです！～

PTA 文化部では、生徒・保護者共に楽しめる特別企画を今年も行うこととなりました。これから訪れる秋、そして冬。受験生のいらっしゃるご家庭に限らず、除菌対策の季節ですね。天然アロマには除菌の効果もあるってご存知ですか？良い香りに包まれながら、除菌や消臭効果があるなんて最高ですね。その上、イライラ解消・集中力アップなどの効果もあるんです！アロマパワーおそるべし！今回は、アロマセラピーインストラクターの野村敦子先生をお迎えして、天然アロマの様々な効能を教えてくださいながら、自分好みの香りをセレクトしてアロマハンドジェルとアロマスプレーを作る企画です。イライラ解消したい保護者の方や、勉強に集中したい学生の皆さん、是非ご参加お待ちしております。

### ◆ 講師 野村敦子先生 プロフィール ◆

40代半ばから、何となくだるい、何となく落ち込む…そんな頃にたまたま巡り合った「ラベンダーの香り」の癒す力に魅了されたのです。ピンポイントに痛みをとったり熱を下げたりする西洋医学のクスリも大事です。でも自分のココロとカラダにしっかり向き合いながら香りを楽しんだり、ハーブティーを味わったり…私にはぴったりだったようです。身近な植物のもつ力を普段の生活に安心して取り入れていただけるようなアロマやハーブの雑貨、本格的な石けん作りなどお伝え出来たらと思いきや、さいたま新都心を中心に活動をしています。

- ・日本アロマ環境協会認定アロマセラピーアドバイザー、アロマセラピーインストラクター
- ・日本メディカルハーブ協会認定ディカルハーブコーディネーター、ハーバルセラピスト
- ・さいたま新都心「Four-Leaf クローバー～アロマとハーブと石けんの教室」運営（その他、小学校へワークショップの出張講師、SECOM セコムホームライフ（株）でのワークショップ開催など）【blog】<http://s.ameblo.jp/atsube55>



- ★日時 11月2日(土) 受付 13:30～  
開催 14:00～15:30 終了予定
- ★場所 浦和西高校 記念館
- ★参加費 材料費一部負担金として 500 円  
(アロマハンドジェル 50mlとアロマスプレー50ml 持ち帰り)
- ★持ち物 スリッパ・ハンドタオル・ポケットティッシュ・筆記用具(油性ペン)・参加費 500 円
- ★注意事項 申し込み締め切り日を過ぎてからのキャンセルは、材料発注の関係より受け付けておりませんので、あらかじめご了承ください。当日欠席となる場合は、後日 500 円お支払いいただき、出来上がったハンドジェルとスプレーをお渡しいたします。
- ★申し込み方法 下記 QR コードを読み取り、必要事項を 入力してお申し込みください。



**申し込み締め切り日 10月17日(木) 先着 50名まで**

(※定員になり次第、締め切らせていただきます。)

<https://forms.gle/qUB9PFfeAPzY9WkCs7>

QR コードが読み込めない場合は上記 URL を入力してください