

## NARD認定 アロマセラピーベーシック ヘルスケア講座

この講座は、風邪やインフルエンザの感染症予防や胃腸緩和レシピ、痛みや痒みなどのケア方法を学ぶ講座です。精油を家庭の救急箱のように使える知識を身につけることができます。

受講した皆さまがご家族の健康管理ができる心強い内容になっています。

アロマセラピーベーシック ヘルスケアコース

● 全6回(1回50分) **¥31,790-** (教材費込・税込)

レッスン	理論	実習	講座内容
1	◎感染症について	感染症予防のジェル作り	風邪やインフルエンザなどの感染症について学びます。生活の中で感染症にかかりにくい体作りから、もしもかかってしまった時のケアの方法などについても学びます。
レッスン1：個別料金4,950円 (教材費込・税込)			
2	◎消化器系について	胃腸快調オイル作り	ストレスの影響を受けやすい消化器系について学びます。胃腸障害や自律神経のメカニズムについて学びます。
レッスン2：個別料金5,610円 (教材費込・税込)			
3	◎痒みについて	痒み緩和オイル作り	お肌の乾燥によるものやアレルギーによる痒みなどについて学びます。季節や体質別のアロマケアについて学びます。
レッスン3：個別料金5,610円 (教材費込・税込)			
4	◎痛みについて	痛み緩和ジェル作り	頭痛、神経痛、打撲などの痛みについて学びます。痛みの種類別のアロマケアについて学びます。
レッスン4：個別料金4,950円 (教材費込・税込)			
5	◎ストレスケアについて	ストレスケアの バスオイル作り	ご自身のストレスチェックを行いながらストレスを受けると脳がどのように反応していくのか？また、それについてのケアの方法を学びます。
レッスン5：個別料金5,610円 (教材費込・税込)			
6	◎アロマとストレスケア	ストレスケアの セラミックボール作り	ストレスの種類に合わせた精油選びや精油のブレンドについて学びます。その日のストレスは、その日のケアをして快適な毎日を過ごしていきましょう。
レッスン6：個別料金5,060円 (教材費込・税込)			

◎コースではなく、個別レッスンのみ受講することも可能です。