

# ハーブのある暮らしを楽しむ講座④

## はちみつ入り保湿石鹸作り

※ 写真はイメージです。

本格的な冬の乾燥のダメージを感じる前に、保湿効果のあるはちみつをたっぷり入れた、素朴だけどお肌に良い石鹸を手作りしませんか。抗菌作用や、皮膚や粘膜の修復効果のあるカレンデュラの成分をオイルに抽出して、それを石鹸作りに使います。

お好みのエッセンシャルオイルで香り付けをして、ますますリラックスできるバスタイムを過ごしましょう。石鹸作りが初めての方でも、大丈夫です。一緒に楽しい時間を過ごしましょう。当日、ハーブティーを飲みながらのリラックスタイムもあります。

- 日時 : 12月 6日(金曜日) 14:30~16:30pm  
場所 : 取手ウェルネスプラザ キッキングスタジオ  
受講料 : 2160円 ほか材料費が1300円かかります。  
お持物 : エプロン、マスク、眼鏡またはゴーグル、薄手のゴム手袋(手首から先でもよいですが、できれば腕の部分を覆うものが望ましい。)500mlの牛乳パック(よく洗って乾かしたもの)、お持ち帰り用の袋

お申し込み : お電話(090-4015-7111)  
またはメール(my.herbal.life1006@gmail.com)にて承ります。  
材料準備の都合上、11月26日(火)までにお問い合わせいたします。

ハーブを日常生活に取り入れる方法を提案していきます。ハーブ好きの皆様と一緒に楽しい時間を過ごせたらなと思っています。お気軽にご参加ください。

講師 中前晶子

Herbal Life Design 主宰 URL : <https://www.hl.design.online>  
e-mail : [my.herbal.life1006@gmail.com](mailto:my.herbal.life1006@gmail.com)  
twitter : @herbal\_design



資格 JAMHA 認定 ハーバルプラクティショナー  
AEAJ 認定 アロマセラピーアドバイザー、ハンドセラピスト  
手作り石鹸、化粧品、染色の各講座を修了

今後の日程(毎回、講義と実習があります。会場の関係で予定は変更することがあります。)

2020年 1月 体調に合わせたハーブティーの選び方とハーブの各論  
2020年 2月 ラベンダーで染めるシックなストール