

【健康講座】

今年の夏はラストまで 素敵にハーバルライフ

★ おすすめハーブを教えます ★

～ 汗の臭いを、いい匂いにかえちゃおっ～

第1回：8月20日(火) 19:15～20:45

- ▲汗の臭いも気にならなくなる ハーブティーのテイasting
- ▲あなた好みのハーブカクテルブレンドティー作り
- ▲汗ばんだお肌も一瞬で冷やしながら美白保湿もできる「ピンダ」作り

～ 夏のおもてなしティーを作ろう～

第2回：8月27日(火) 19:15～20:45

- ▲DECO盛りアイスハーブティー
- ▲ライムを使った”しゅわしゅわミントティー”
- ▲スイカを飾って”涼しげな青いハーブティー”

～ 和ハーブを楽しもう～

第3回：9月 3日(火) 19:15～20:45

- ▲昔から食あたりを防ぐ和ハーブとは
- ▲高血圧に効果のあるとされる和ハーブ
- ▲和ハーブの効能や使い方を知ろう

～ 美肌・美白ハーブでハンドマッサージ～

第4回：9月10日(火) 19:15～20:45

- ▲汗や紫外線で疲れたお肌をメンテナンス
- ▲ハーブエキスでハンドマッサージ、ふっくらモチモチの美しい手に

～ 開催概要～

会場：目黒区中小企業センター 5階 会議室 (目黒2-4-36 区民センター内)

講師：ハーブセラピスト 中島 日出子 氏

定員：先着20名

参加費：全4回7,800円 (毎回ブレンドハーブお土産付き、税込)

申込先：中小企業センター2階窓口にて受付、またはFAX(03-3711-1284)

メール(info@megurokuchushokigyocenter.jp)にてお申込みください。

電話での申込みは受付していません。