

2025年度 第1期 府中市生涯学習センター 定期講座 シラバス

講座名	21 春先のだるさに負けない アロマテラピー
受講日	4/14・28、5/12・26、6/9・23
時間	10:30～12:00
場所	研修室3-1
講師	メディカルアロマアドバイザー 古賀葉月



実施日	講座内容
4月14日(月)	冬の老廃物をデトックス・その1 グレープフルーツ
4月28日(月)	冬の老廃物をデトックス・その2 レモン
5月12日(月)	環境の変化を乗り越える・その1 サイプレス
5月26日(月)	環境の変化を乗り越える・その2 サンドルウッド
6月9日(月)	梅雨のだるさを乗り越える・その1 ローズマリー
6月23日(月)	梅雨のだるさを乗り越える・その2 ジュニパー
持ち物	筆記用具
注意事項	成分濃度が凝縮された天然精油を使用しますので、妊娠中や授乳中の方、乳幼児を連れてのご参加はご遠慮ください。

