



心も身体もリラックス♪

ハーブバームづくり

ハーブや薬草から抽出したオイルや
エキスとミツロウをお好みにブレンド
して、オリジナルバームを作ります。
心地よいハーブの香りに包まれて、
心も身体もほっとする癒しの時間を
一緒に過ごしませんか？



8月22日(土)

14:00 ~ 15:30 ※受付開始 13:40

会場 四万十市総合文化センターしまんとぴあ 創作スタジオ

参加費 1,500 円 (材料費込・税込・当日清算)

持ち物 特になし

定員 10 名 (要事前予約・先着順)

対象 どなたでも
※小学生以下は要保護者同伴

申込期間 7月16日(木)14:00 ~ 当日まで
※先着につき定員に達し次第受付は終了いたします。

申込方法 右の二次元コードより、
申込フォームにてお申込みください。



講師 bodytherapy ARU 小林留美さん

