

アロマで快眠！脳をリラックスに導く

# ハーブバスソルトづくり

「疲れているのに熟睡できない」、「自然に眠りにつきたい」、「子どもの頃のように眠ってみたい」・・・  
そんな思いをお持ちではありませんか？

アロマ精油は嗅覚を通じて脳に働きかけ、ストレスを軽減させます。寒さが最も厳しい季節。ミネラル  
たっぷりの岩塩にお好きなハーブと快眠に導いてくれるアロマ精油をブレンドして、自分だけのバスソ  
ルトをつくってみませんか？

## ■プログラム内容

- ①アロマセラピー基礎知識
- ②精油とハーブの知識
- ③自分だけのオリジナルバスソルトづくり



日時：2018年 **1月27日(土)** 13:30～15:00

場所：立命館大学 OIC A棟1階 キャンピングキッチン

\*アクセス JR茨木駅より徒歩約10分

阪急・大阪モノレール 南茨木駅より徒歩約15分

講師：出野 倫子

(アロマセラピー&リラクゼーションShinoa

公益社団法人 日本アロマセラピー環境協会認定アロマセラピーインストラクター)

**定員 30名！**

参加費：500円 (材料実費として当日お支払いください)

お申込み方法については裏面へ



主催：立命館大学 OIC 地域連携課

## 申し込み方法

参加をご希望の方は、インターネットまたはFAXにてお申込みください。



### ■インターネットでお申込みの場合

下記のURLにアクセスの上、お申込みください。



<https://ritsume-ioc.sakura.ne.jp/?mpk=1512088657>

※メールの受信設定をされている方は、[oclec@st.ritsume.ac.jp](mailto:oclec@st.ritsume.ac.jp)および  
[ibaraki@st.ritsume.ac.jp](mailto:ibaraki@st.ritsume.ac.jp)からのメールを受信可能に設定していただきますよう、お願いいたします。

### ■FAXにてお申込みの場合

下記申し込み書に必要事項をご記入の上、  
**072-665-2559**まで送信してください。

申込み締切日：2018年1月5日（金） 定員30名

お問い合わせ先：立命館大学OIC地域連携課

TEL：072-665-2550（平日9：00～17：30）

#### 【留意事項】

- ※申込者多数の場合は、抽選とさせていただきます。
- ※お申込みはお一人様ごとに行ってください。
- ※参加受付の可否については、受付終了後、メールまたはFAXにてご案内いたします。
- ※お越しの際は、公共交通機関をご利用ください。駐車場はありません。
- ※キャンパス内は全面禁煙です。近隣の皆様へのご迷惑にもなりますので、キャンパス周辺での喫煙もご遠慮願います。

| OIC講座「アロマで快眠！脳をリラックスに導くハーブバスソルトづくり」参加申込書 |      |    |         |
|--|------|----|---------|
| フリガナ                                     |      |    |         |
| お名前                                      |      |    |         |
| ご住所                                      | 〒    |    |         |
|  |      |    |         |
| TEL                                      |      |    |         |
| FAX                                      |      |    |         |
| 備考                                       |      |    |         |
| 年代                                       | ( )代 | 性別 | 男性 / 女性 |

※ご記入頂いた個人情報は、講座の受付管理とご案内の送付のみに使用し、他の目的には一切使用いたしません。