

# 四季を感じる和草ハーブボール®講座

## ～和草ハーブボール®で感じる初夏の薫り～

ハーブの楽しみはさまざま。効用もさまざま。そして魅力と関心は果てしない…  
 ハーブを知れば知るほど、その楽しみは深まる一方ですね。  
 でも、まだまだ知らない世界もあるものです。  
 和草ハーブボール。

いつも、その魅力に関心を持ってはいたけれど、触れたことがない、作ったことがない、  
 そして、体感したことがない… そんな声を聴いて、今回企画させていただきました。  
 春。身近にある和草ハーブにも触れながら、皆さんでハーブボールを作ってみましょう。

実際に和草ハーブを摘み、香り、体験する…  
 かねてより、親交のあったハーブボールセラピスト協会より  
 経験豊富な先生をお招きして、開催できる機会をいただきました。  
 ぜひ、ご参加くださいませ。



■ 日 時：2018年5月12日(土) 13:00～17:00

■ 講 師：伊東純子

一般社団法人ハーブボールセラピスト協会原宿校講師 エストレージャスサロンアンジェリカオーナーセラピスト  
 管理栄養士、IFA 認定アロマセラピスト

虚弱体質な自分をセルフケアで何かできればとアロマセラピーを学び、16年前に自宅サロン開業。  
 体質改善メニューとしてハーブボールを学び、施術以外にも出張ワークショップを開催。  
 外部講師としてグリーンフラスコ、セラピスト向けのハーブミニ講座を開催。

### ■ 講座内容

当日に採取したばかりの和草ハーブを使用し、初夏の新鮮な香りとエネルギーを取り込んだ  
 特別な和草ハーブボール®を作成し、セルフケアレッスンを行います。

よもぎ、すぎな、かきどおし…古来から、使われてきた代表的な和草ハーブ達を使用いたします。  
 また、今回作成した和草ハーブボール®に使用するハーブを使ったデザートとお茶もご用意致します。  
 見て、嗅いで、食べて、触って、聞いて。五感を刺激し、楽しみながら体感して頂きます。  
 和草ハーブボール®の穏やかな香りと、柔らかく包み込まれる感覚をお楽しみに！

### \*タイムテーブル

13時～ 大岡山駅集合。プチ野草散策・摘み(希望者のみ) → HERB STORY Cafeへ移動

14時～ 採取した和草ハーブと乾燥の和草ハーブを使って、和草ハーブボール®づくり  
 セルフケアレッスン・体験。使用した和草ハーブを使ったデザートとお茶の試食

17時 終了

■ 参加費：6,000円 ※事前お振込み

◆お振込み先:みずほ銀行大岡山支店 普通 2284932 HERB STORY セミナーグチ  
 ※キャンセルポリシー:お申込みから 30% 1週間前/50% 3日前/100%

■ お申込：メールにてお願いいたします。 <http://ws.formzu.net/fgen/S27193570/>

■ 定 員：16名(定員になり次第、募集を終了いたします) ※最小催行人数 6名)

■ 会 場：HERB STORY Cafe 〒145-0062 東京都大田区北千束 1-58-6  
 三富ビル 1F Tel 03-6884-0718

■ お持ちもの：筆記用具、あればエコバッグなど

■ 主 催：HERB STORY <http://www.herbstory.jp/>

