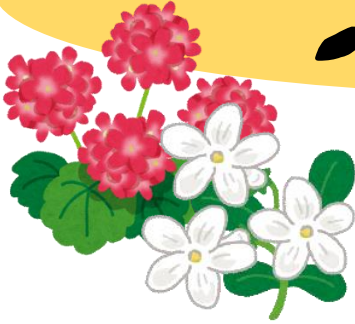


天然植物の香りで 心とからだを癒す



香り(精油)が体と心にもたらす効果を学んで、お好きな効果の作品を体験・お持ち帰りできます。

【日程・内容】 A 日程(平日/木曜日)か B 日程(土曜日)を選んでご応募ください。

A 日程(平日版)	B 日程(土曜版)	内 容・制作するもの
1 回目 1 月 23 日(木) 13:30~15:00	1 回目 1 月 25 日(土) 13:30~15:00	1. 肩こり緩和 2. 不安をやわらげる 3. 安眠を促す 1~3 いずれかの <u>ロールオンタイプ</u>
2 回目 1 月 30 日(木) 13:30~15:00	2 回目 2 月 1 日(土) 13:30~15:00	1. 消臭 2. 抗菌 1・2いずれかの <u>スプレー</u>

【会 場】 中央公民館 第6研修室（長崎市民会館2階）

- 【講 師】 竹本 圭子【花工房K】
 【受講料】 材料費としてひとり 1,000 円（2 回分）
 【対 象】 高校生～成人
 【定 員】 各日程 8 名程度
 【準備物】 筆記用具・手拭き用タオル



受講お申込み方法 往復はがき・インターネット・直接来館

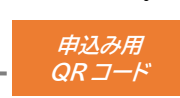
◎往復はがきの場合

往信 〒850-0874	白紙 この面には何も記入しないでください	返信 〒	①講座名 ②郵便番号 住所 ③受講者氏名 (ふりがな) ④年齢 ⑤連絡先電話番号 受講申込者の郵便番号 住所 氏名
------------------------	--------------------------------	----------------	--

往復はがき（170 円）をご購入いただき、上記の要領でご記入のうえ、お送りください。
 ※注意 受講結果を印刷しますので1講座につき、はがき1通で受付となります。

◎インターネットの場合

下記サイト（中央公民館公式 WEB）の申込フォームに必要事項を入力の上、送信してください。
 ※注意 メールアドレスの誤入力や迷惑メール対策を行っている場合は確認メールが届きません。また、迷惑メール対策を行っている場合は「@ngs-shiminkaikan.jp」を受信設定にしてください。



◎直接来館される場合

返信連絡用として官製はがき（85 円）の表面にご自分の住所・氏名を記入のうえ、ご持参ください。



〈主催・お問合せ〉

長崎市中央公民館 〒850-0874 長崎市魚の町 5-1(長崎市民会館)

〈電話〉095-825-1948(平日 9 時～17 時) 〈公式 WEB〉<https://ngs-shiminkaikan.jp/>

