

ハーブよりも
エキスが凝縮!



薬膳ハーブ酒作り

カラダを老化させる活性酸素から守ってくれる効果のあるハーブ。お酒に浸けるとハーブの力がより凝縮し溶け出します。オリジナルの薬酒を手軽に作り、色々な飲み方を楽しむのが魅力です。今回は、風邪予防と疲労回復に効果のあるハーブ（エルダフラワーとエキナセア）をウオッカで浸け込んで持ち帰ります。また、当日は紅茶やジュースに入れて試飲タイムもありますのでお楽しみに

日時： **11月26日(水)** 13時30分～15時30分

場所：生活クラブ生協本部 2階 (JR 埼京線「中浦和」駅下車 徒歩3分)

講師：伊勢谷英子さん

手作り石けんを機に、天然の精油やハーブを取り入れたライフスタイルに目覚める。
AEAJ認定 アロマセラピーインストラクター。JAMHA認定 ハーバルセラピスト

定員：15名

参加費：2,300円 **材料代を含んでいます。**



お申込みやお問い合わせは
NPO法人 大人の学校

電話(FAX) 048-866-946

