

✂体調が優れない  
✂手足が冷えている  
✂眠れない  
✂肩コリ・頭痛が辛い  
✂イライラする  
✂不安を感じる...

自律神経の乱れかも!?



アロマテラピーを試してみませんか??

アロマテラピーは  
“いい香り”だけではないのです。  
植物の香りは心身に働きかけ、  
サポートしてくれます。  
純粋な植物の香りに触れる体験をどうぞ。  
心地よい香りで、  
日々頑張っている体も心も緩めましょう♪

& Botanic  
アロマセラピスト 児玉カナコ  
<https://botanic.shopinfo.jp>

## ご予約・お問い合わせ

子育て支援スペースみるく ☎079-551-5489 月・火・木10~15時  
上記以外はミルク事務局 ☎079-565-4313 平日17時まで  
メールアドレス：m-info@npo-milk.org  
ミルク公式LINEからもご予約できます。ぜひお友だち登録をお願いします！





親子で使える **#13**  
潤いクリーム作り  
ワークショップ

New!!

- 香りのカケラ -

【アロマスタンド】

精油と出会うきっかけに★  
香りの感じ方は人それぞれ。  
心地良いと感じる香りを探してみてくださいね。  
オーガニック精油を多数ご用意してお待ちしています。

¥1500 + 余裕参加費 ¥200  
(材料費・見守り保育料込み)

【定員4名】

日程: 1/27 (木) 11:00~11:45

場所: 子育て支援スペース みるく

三田市弥生ヶ丘1丁目1-2サンフラワービル4階  
〈イトマンスイミングスクールさんの上〉

申し込み締め切り  
1/24 (月)

## Rooting aroma

香りで支える整える。

ほっと心がほぐれる香りでリセットタイム。

アロマクラフトのワークショップと、生活に取り入れやすいワンポイントアロマレッスン。  
保育士さんによる見守り保育付きなので“自分時間”を応援します