

## 第1回 家庭教育講座（報告書）

「アロマスプレーづくり」という講座のもとに第1回家庭教育講座を行わせていただきました。

日時：令和4年7月3日（日） 10:00~12:00

場所：宮崎県宮崎北高等学校 尚志館

参加数：33名（保護者、生徒）

講師：廣渡 美穂先生

AEAJ 認定アロマセラピーインストラクター。



### 講座内容

#### ●アロマの基礎講座

★精油について

★選び方

★アロマセラピーの楽しみ方

#### ●アロマスプレーづくり



#### ●感想

・アロマオイルにもいろいろな種類があること、気を付けなければいけないことがあることを初めて知りました。アロマスプレーづくりはとても楽しかったです。これから生活の中に上手にアロマを取り入れたいと思いました。ありがとうございました。

・私は、植物の香りはあまりなじみがありませんでした。言葉の意味や学名のことや、精油などの見分け方のことなど、知らないことをたくさん知ることができて勉強になりました。アロマスプレー作りも化学の実験みたいで楽しかったです。興味が湧いたので、使い方に気をつけながら色々な香りを楽しみたいと思いました。

その他、多数のご意見をいただきました。

参加された保護者の皆様、たくさんのご感想、ありがとうございました。

