

テルサロン

# 健康美アロマ講座

～スペシャリストに学ぶ“香り”“食”“健康美”～



多彩な講師陣：八木里香（アロマセラピスト／薬剤師）、MiMi（アロマセラピスト／占い師）  
望月あづさ（管理栄養士）、茂 紗希（鍼灸師）、tomomi（ヨガ講師）

日 10-12時 6階研修室大

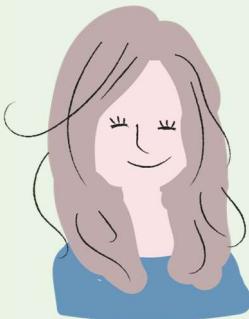
10.26 自然の恵みと食の知識で未来を変える

11.16 冬の防災  
～家族を守るために～

12.21 植物の魔法で彩りクリスマス

2026.1.18 和植物で感じる  
日本の季節と豊かな暮らし

2026.2.8 曆×開運アロマ



2026.3.15 自然の恵みと知識で整える女性のリズム  
～蒸留ワークショップ～

## 講師よりひとこと

心と体を内側から整える知識と実践法をお届けします。  
毎回アロマクラフトを作るワークショップあり。  
さらに毎月、和精油をひとつ紹介し、日本の自然の  
恵みを感じましょう。



【対象】18歳以上 【定員】40名程度 ※最少催行人数12名

【受講料】全6回 11,500円

【持ち物】筆記用具、タオル、エプロン（必要な方）

【申込】web（清水テルサHPあるいは右下のQRコード）

【受付】令和7年8月31日(日)10時～10月5日(日)

※定員に達し次第受付終了

空きがあれば途中入会可（2,030円/回×残回数）

【通知】締切後、開催の有無等についてメールにて案内します

※万一、メールが届かない場合は電話問合せください



静岡市東部勤労者福祉センター

**清水テルサ**

静岡市清水区島崎町223番地

<https://terrsa.net>

☎054355-3111

# テルサロン

# 生け花アーリショップ

-日常に彩りを-

小さな生け花

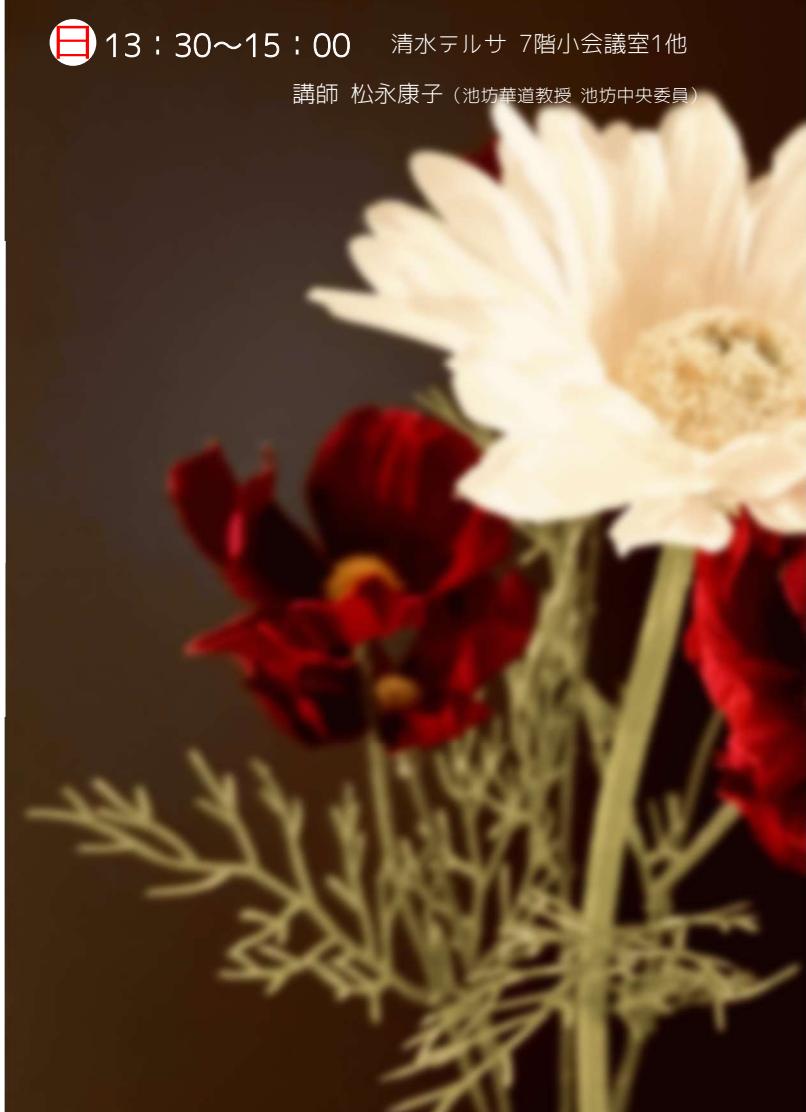
10/19 11/16

2026 2/8 3/15

季節を楽しむ生け花 12/21

日 13:30~15:00 清水テルサ 7階小会議室1他

講師 松永康子（池坊華道教授 池坊中央委員）



【対象】18歳以上

【定員】20名程度 ※最少催行人数9名

【参加費】全5回 8,910円 ※一括支払いの場合

※単発参加の場合→「小さな生け花」1,650円  
「季節を楽しむ生け花」2,860円

【持ち物】ハサミ、作品を持ち帰る袋、花を生ける器

【申込】web（清水テルサHPまたはQRコードから）

【受付】令和7年7月27日(日)10時～8月31日(日)

※定員になり次第受付終了、空きがあれば受付延長

【通知】締切後、開催の有無等についてメールにて連絡します

※メールが届かない場合は電話問合せください



静岡市東部勤労者福祉センター

清水テルサ

静岡市清水区島崎町223番地

<https://terrsa.net>

054-355-3111