

H24年度県民講師チャレンジ講座「体イキイキ！メディカルハーブ講座 ♪ハーブは身近な緑の薬箱♪」を開催しました！

県民講師チャレンジ講座は、公募により県民が自ら講師となり、講座を開催する事業です。

講座名 「体イキイキ！メディカルハーブ講座 ♪ハーブは身近な緑の薬箱♪」
講師名 酒井 真理（メディカルハーブコーディネーター・ハーバルセラピスト）
日 時 平成25年2月9日（土） 13:00～15:00



講師の酒井さんは、「体に様々な効能をもたらしてくれるメディカルハーブを1人でも多くの人に伝えたい」という思いで講座を開催されました。

講座では、数種類のハーブティーを飲みながら、エキセナ、エルダーフラワー、ハイビスカス、ローズヒップ、ペパーミント、ジャーマンカモミールの6種類のメディカルハーブの効能の説明がありました。そして、メディカルハーブを使ってハーブチンキやハーブオイルを作成しました。普段の生活にメディカルハーブを気軽に取り入れる方法を学びました。



【講座に参加した方の感想】

- メディカルハーブについての説明がわかりやすく、楽しかったです。
- これから生活にハーブを取り入れてみたいと思いました。
- 講師の話も楽しく、ハーブティーも美味しく、実習も楽しくできてよかったです。

酒井さんの今後の講師としてのご活躍を応援しています！



 [アクセス・交通機関のご案内](#) ▶

 [お問い合わせ/ご意見・ご要望](#) ▶

アバッセ

佐賀県立男女共同参画センター・佐賀県立生涯学習センター

〒840-0815

佐賀県佐賀市天神三丁目2-11(どんどんの森内)

TEL:0952-26-0011 FAX:0952-25-5591

【指定管理者】[公益財団法人 佐賀県女性と生涯学習財団](#)

Copyright (C) 2011 Avance All rights reserved

開館時間

火曜～土曜日:8時30分～22時00分

日曜・祝日:8時30分～17時00分

(ホールは22時00分まで)

休館日

毎週月曜日(祝日も含む)

12月29日から翌年1月3日まで