

# あけぼの奈良 勉強会

**日時** 2016年7月24日(日曜日)

13時30分から16時00分

**場所** 奈良県女性センター 0742-27-2300

**内容** ①13:30～14:30

## リンパ浮腫について知ろう

**講師** 菊谷 光代氏(医療リンパドレナージセラピスト)

### リンパ浮腫とは？

リンパ浮腫はどんな病気？  
いつ、どんな人になるの？  
どれ位の人になるの？

### リンパ浮腫の 治療法は？

リンパ浮腫になってしまったら？  
どんな治療があるの？  
どこで治療が受けられるの？

### リンパ浮腫で気をつ けることは？

日常生活で気をつけることは？  
リンパ浮腫の見つけ方は？  
予防法はあるの？

②15:00～16:00

## アロマセラピーについて知ろう

**講師** 荒木邦子氏(日本アロマ研究所 アロマアドバイザー)

日々の生活の中で「癒されたい」「ゆっくり休みたい」と思った時に世間で流行っている「アロマ」、また不快な症状にも薬ではなく時には「アロマ」が効果的なことをご存じでしょうか？

でも、使用するにはどうすればいいの？ どういうものを選べばいいの？

今回はアロマアドバイザーの先生に来ていただき、そんな疑問に対しても具体的な方法を教えていただきます。

**主催** あけぼの奈良

**問い合わせ** 吉岡 090-9627-7315