みどりのあそびば

ラベンダーのアイピローづくり

2026/9/29 ギャラクシティ

★ラベンダーのアイピローとは★

目の上に当てて使います。フラックスシードの適度な重さとひんやり感でリフレッシュ



講師：古澤正美　先生

ハーブ研究家、クレイジーキルト作家。
PTA、高齢者施設、地域のセンターなどを中心に活動。
都市農業公園のハーブ教室の講師としても活躍。JAM AHAのハーバルセラピストに認定された。メディカルハーブコーディネーター。













リラックス効果抜群！