

3学年委員会 活動報告書

那覇国際高校 PTA 3学年委員会

受験にむけた気持ちを整える「アロマ ワークショップ」を実施しました。

《開催日》 令和6年11月2日（土）

《日程》

10:30～10:40 セミナーハウス集合、参加者確認・開会・準備等

10:40～12:20 アロマスプレー（50～100ml）作り

12:20～12:30 後片付け・閉会等

《開催場所》 セミナーハウス

《参加人数》 13名（インストラクター末吉氏含む）

《活動報告》

3学年委員会では受験にむけた体調管理の一助となればと思い、気持ちや気分を整える効果がある「アロマ ワークショップ」を上記の通り企画・開催しました。

皆と楽しく会話しながら、いろいろな天然アロマの香を試したり、自分の子供が必要と思われる香と効果を考えたり（例：ラベンダー⇒リラックス、レモングラス⇒集中力、ペパーミント⇒鼻炎）、5種類のアロマを決定してオリジナルな“アロマ”スプレーを調合しました。調合したアロマはラッピングして我が子にプレゼントしました。アロマ スプレーの調合だけではなく、皆さんと受験に向けた情報交換したり、心配事や悩み事を相談しあったり、有意義な時間を過ごすことができました。ご参加・ご協力頂きました皆様に心から感謝申し上げます。

《活動の様子》





以上