



## こころとからだのメンテナンス 心地良く毎日を暮らそう

「自然の力でからだの中から美しく」  
をコンセプトに、こころとからだの  
メンテナンスのお手伝いをして14年。  
これからも皆様の心地良い毎日を応援いたします。

2024.10.26 SAT.~11.4 Mon.

# 14th Anniversary Festival & Aroma week

### Sakusaclier× 自然の薬箱 Anniversary 特製 数量限定

フランス菓子をベースにしたスイーツクリエイター Sakusaclier さんが、周年祭のために作製してくださった特製のお菓子 BOX です。

素材と美味しさにこだわったお菓子は、店頭と並べるとあっという間になくなってしまう程。アレルギーのある方にも嬉しいプラントベースや米粉を使用したお菓子も入ります。右のQRコード・お電話にてご予約受付中！

【パウンドケーキとクッキー BOX】 2,300 円 (税込)



詳細・ご予約

#### チョコレートパウンド

オーガニック・フェアトレードのチョコレートを使用し、しっとり仕上げました。香り付けに洋酒を少量使用しています。

#### シュトレン風フルーツケーキ

ドライフルーツとナッツぎっしりのケーキに、クッキー生地を絞って焼き上げています。洋酒とスパイスが香る、プラントベース（乳製品・卵不使用）のお菓子です。

#### ハニージンジャーパウンド

小麦粉の代わりに米粉を使用し、国産はちみつをたっぷり加えています。

#### ラベンダーサブレ

オーガニックラベンダーを加えた、香り高いバターサブレです。

#### 苺とマカダミアナッツのスノーボール

小麦粉の代わりに米粉を使用した、さくほろ食感のクッキーです。プラントベース（乳製品・卵不使用）のお菓子です。



マスク・手洗い・板藍茶

### 【イスクラ板藍茶】

120 包入 8,640 円 (税込) 60 包入 5,940 円 (税込)

周年祭特別企画 10% 増量サービス！

ご家族全員毎日1包！免疫力をサポートしてくれる秋冬の季節のお守りサプリです。最近では、1年を通して人気の知る人ぞ知る定番商品。スティック包装で飲みやすくリニューアルしました！



自然の薬箱

01



10/26 (土) 【スペシャルワークショップ】

～ Harvest ～

## 実りの秋のリースづくり

スターアニス、シナモン、オレンジ、ライムなどハーブやスパイスに、その季節が一番輝いているフレッシュな素材をさらに加えて、秋らしく、実をたっぷり使ったリースに仕上げます。フレッシュな状態から、飾っているうちに素敵なドライリースになり、長く楽しめます。はじめての方でも、安心してご参加下さい♪

日時：10月26日(土) 13:30～(90～120分)

参加費：8,800円(税込・材料費込) 要予約・要事前支払

申込期限：10月19日(土)

定員：12名様

講師：epanouir 後藤麻衣子先生

持ち物：こちらでご用意しますので特に必要ありません。

ご予約の方に  
ハーブティー  
プレゼント♪



詳細・お申込

02



10/27 (日) 【ナチュラルビューティスタイリスト講座】

## 養生味噌玉づくりと冷え予防

味噌玉は味噌と具材を丸めたもので、お湯を注げばすぐに味噌汁がいただけるスグレモノ。身体がじんわり温まる味噌玉は、忙しいときにもぴったりです。あわせて、薬膳とおばあちゃんの知恵をベースに「冷え予防」の養生ごはんについてもお伝えします。

日時：10月27日(日) 10:30～12:00

参加費：4,500円(税込・材料費込) 要予約・要事前支払

申込期限：10月20日(日)

定員：12名様

講師：養生ふうど主宰 松橋かなこ先生

持ち物：タッパー(10cm角程度)、ハンドタオル、筆記用具

ご予約の方に  
ハーブティー  
プレゼント♪



詳細・お申込

03



【セール】お気に入りの香りをお得に手に入れよう！

## 精油・アロマ製品 15%OFF!

プラナロム・KENSO・グリーンフラスコ・yuicaの精油、アロマスプレー、ハーブウォーター、キャリアオイル、アロマ配合入浴剤全品対象 ※容器・器具は対象外です。

### Present

プラナロムまたはyuicaの商品を含み、8,000円以上

お買い上げの方に下記のいずれかをプレゼント！

・KENSO カモマイル・ローマンウォーター 200ml (2,420円の品)

・yuica マスクスプレー (数量限定・1,650円の品) 他

精油は種類が豊富なため、店頭にはないものもございます。事前にお電話やメールでのご注文も承りますのでお気軽にお問合せ下さい。

※セール価格での販売は、期間中にご来店いただける方に限ります。



詳細・お申込

04



【癒しのアロマトリートメント】

## エフェクティブタッチ®

エフェクティブタッチ®とは、手のひらを密着させてお身体全体をトリートメントすることで、筋肉や筋膜を整え、身体のバランスを本来の姿勢(心地よいと感じる位置)に戻してゆくことを目的とした医師監修のトリートメントメソッドです。一定の圧とリズムで行うタッチングは、オキシトシンやセロトニンの分泌を促し、自律神経のバランスを整えると学術的にも証明されており、精油の香りとともに深いリラクセスに導かれます。5階ボディーケアルームでゆっくりお受けいただけます。

詳細・予約は、QRコードから(電話受付は致しておりません)

アロマセラピスト：薫る風 市川智子

日程：10/27(日)、10/31(木)、11/3(日)、11/7(木)、

11/10(日) 各日 ①10:00 ②14:00



詳細・お申込

各ワークショップ・講座・イベントのお申込・お問合せは、QRコード・ホームページ・お電話・1階店頭にて承ります。

05



## 11/2 (土) 【アロマワークショップ】 エコ精油 150 滴で作る アロマキャンドル

大豆を原料とするソイワックスでアロマキャンドルを作ります。優しいキャンドルの光とアロマの香りで、冬の季節の癒しの時間を過ごしましょう。エコ精油は、肌には使えないけれど、状態がよく、よい香りがする開封後一定期間を経過した精油。たくさんの種類があり、150 滴 (7.5ml) も使えます！クロモジ・ローズ・カモミール・ネロリ等の貴重な精油も合計 10 滴まで使って頂けます。

日 時：11 月 2 日 (土) ①10:30 ②13:00 ③14:30 ④16:00

参加費：2,500 円 (税込) 予約優先制・当日支払

講 師：AEAJ 認定アロマセラピスト・アロマブレンドデザイナー  
市川智子

定 員：各回 4 名様 ※空きがあれば当日参加 OK!



詳細・お申込

06



## 11/3 (日) 【アロマブレンドデザイナー調香体験講座】 光る君へ香り体験 平安時代の香りと生薬のお話

日本には古くから香りをブレンドする文化があり、平安時代の貴族たちは、植物由来の香料でお香を作り、独自のブレンドを楽しんでいました。生薬となる香材のお話なども交えながら、香りを体験していきます。「アロマの日 (11/3)」に平安の雅やかな香りを精油のブレンドしてみましょう。ブレンドした精油は、yuica さんの森香炉と共に家で楽しんでいただけます。

日 時：11 月 3 日 (日) 10:30~12:30

参加費：5,500 円 (税込) 要予約・要事前支払

申込期限：10 月 27 日 (日)

講 師：漢方薬剤師・

AEAJ 認定アロマブレンドデザイナー 千田信子

定 員：12 名様 (最少開催人数：3 名様)



詳細・お申込

07



## 11/4 (月・祝) 【アロマワークショップ】 日本産精油で作るオーデコロン 天然石を入れて

今の自分に響く香りをブレンドしてみませんか？自分だけのオーデコロンができたなら、直感で素敵！と感じる天然石を入れます。アトマイザーの中で天然石が輝き、ワクワクするオーデコロン作りです。マンツーマンまたはグループでのワークショップです。

日 時：11 月 4 日 (月・祝) ①10:30 ②11:15  
③13:00 ④13:45 ⑤14:30 ⑥15:15 ⑦16:00

所要時間：約 30 分

参加費：2,800 円 (税込) 予約優先制・当日支払

講 師：AEAJ 認定アロマセラピスト・アロマブレンドデザイナー  
市川智子

定 員：各回 2 名様



詳細・お申込

08



## 11/4 (月・祝) 【アロマワークショップ】 クロモジ蒸留体験会 & フェイスマスクづくり

日本の森から生まれたアロマ「yuica」さんより、クロモジが届きます！ミニ蒸留器を使ったクロモジの蒸留の実演と、蒸留したアロマウォーターと飛騨高山産の和精油を使ったフェイスマスクづくりを開催いたします。お好みの香りの精油をブレンドしてお楽しみください。

日 時：11 月 4 日 (月・祝) ①11:00 ②14:00 (約 90 分)

参加費：3,500 円 (税込) 要予約・要事前支払

申込期限：10 月 28 日 (月)

講 師：yuica 高山本社 住 友子 先生

定 員：各回 6 名様 (最少開催人数：3 名様)



詳細・お申込



血液を元気にすれば、からだ快調♪妊活にも！  
**婦宝当帰膠を始めてみよう！**  
 期間中、お買上の方に**パンダグッズプレゼント！**  
**布製パンダバッグ・コップ・靴下・アイピローなど**

血液は、体の隅々まで、栄養、熱源、酸素、水分を運んでいる重要な要素。血液が元気になれば、からだはもっと楽になる！  
 冷えを改善したい方、妊活中の方、月経に関連するお悩みのある方、更年期を乗り切りたい方、貧血を改善したい方、とにかく元気になりたい方などにおすすめしたい漢方薬です。1日分170円程度で、飲みやすく、効果が実感できるので、リピーターさん多数♪  
 あなたも今年の秋冬は、冷え知らずで元気に過ごしてみませんか？  
 店頭相談もお気軽に。 ※プレゼントはなくなり次第終了



ウエルカムプレゼント  
**お楽しみプレゼント！**

- Present 1** 期間中、お会計毎にささやかなプレゼント♪
- Present 2** 5,000円以上お買い上げの方には、**自然の薬箱オリジナル、「オリジナルハーブティ2ティーバッグ入り」**をもちろんプレゼント！
- Present 3** ヨガ・ピラティス・ボディコンディショニング・氣功などのボディワークレッスン（下記RL/EVL）をご利用のお客様全員に**ヘルシーアソート**をプレゼント♪
- Present 4** ワークショップや講座に事前にご予約の方に、**自然の薬箱オリジナルハーブティ**をプレゼント！

【イベントカレンダー（開催日順）】

イベント開催日	午前1	午前2/午後1	午後2
10月26日（土）	10:00 RL 姿勢を整えるヨガ	11:30 EVL 体と心のリカバリーアロマヨガ&ピラティス	13:30 01 WS ~Hervest~ 実りの秋のリースづくり
	10:30 02 講座 養生味噌玉作りと冷え予防		
10月27日（日）		13:30 RL やさしいアシュタンガヨガ	
	①10:00 ②14:00 04 ボディケアルーム 癒しのアロマトリートメント エフェクティブタッチ®		
10月28日（月）	10:00 RL 美姿勢コンディショニング		
10月29日（火）			18:30 RL 体リセット！ピラティス休講
10月30日（水）	定休日		
10月31日（木）	①10:00 ②14:00 04 ボディケアルーム 癒しのアロマトリートメント エフェクティブタッチ®		
			19:00 RL しなやかフローヨガ
11月 1日（金）	10:00 RL ほぐす伸ばす整えるヨガ		18:30 RL マインドフルネス with 氣功
11月 2日（土）	①10:30 ②13:00 ③14:30 ④16:00 05 アロマワークショップ エコ精油150滴で作るアロマキャンドル		
	10:00 RL 姿勢を整えるヨガ	11:30 RL アナトミック骨盤ヨガ®	
	10:30 06 アロマブレンドデザイナー調香体験講座 光る君へ~平安時代の香りと生薬のお話		
11月 3日（日）	①10:00 ②14:00 04 ボディケアルーム 癒しのアロマトリートメント エフェクティブタッチ®		
	10:00 RL ピラティスペーシック	11:30 RL ピラティスアドバンス	13:30 EVL ムーンセラピーとヨガ
	①10:30 ②11:15 ③13:00 ④13:45 ⑤14:30 ⑥15:15 ⑦16:00 07 アロマワークショップ 日本産精油で作るオーデコロン 天然石を入れて		
11月 4日（月祝）	①11:00 ②14:00 08 アロマワークショップ クロモジ蒸留体験会&フェイスマスクづくり		
	10:30 EVL 食×運動×腸活 麴と食の魅力交流会		

01~08:ワークショップ・講座 (03セールは期間中を通して開催) RL:レギュラーレッスン EVL:イベントレッスン

【お申込・お問合せ】

Tel.: 052-734-3004 E-mail: info@five-r.co.jp  
<https://five-r.co.jp>

株式会社 自然の薬箱 〒464-0850 名古屋市千種区今池 1-2-7 健康文化館  
 地下鉄東山線「千種駅」Iバスター (E3)・4番出口 徒歩2分 JR中央線「千種駅」徒歩2分

