

# 図書館だより

No. 30



蒸し暑さが増すこの頃。

夏になると外には…**虫がいっぱい！！**

私は、虫がとーっても苦手です！

苦手な方もいらっしゃるのでは？

先日わたしは、アロマを使った

虫よけスプレーをつくりました。

精油(エッセンシャルオイル)には、**心と体に**

**働きかける他、虫よけや防虫剤**

として使うこともできるそうです。

「**疲れがとれない**」「**虫がいや！**」

という方は、一度試してみるのも

**いかがでしょうか？**



「ハーブと精油の基本辞典」

資料コード: 310998653

「エッセンシャル オイルブック」

資料コード: 310162078

