

テキスト内容[アロマ・インストラクターコース]

■インストラクターで学ぶ精油など

精油:20種類 植物油:9種類 ハーブウォーター:10種類 を学びます

◎レッスン1

生物の基本と精油のもととなる植物
～香りから広がる豊かな世界～
実習【練って作る石けん】

◎レッスン2

アロマの化学の基本1
～化学の基本と精油の抽出法～
実習【ローズの香りのボディミスト(ローション)】

◎レッスン3

アロマの化学の基本2
～精油の芳香成分類～
実習【蚊除けスプレー】

◎レッスン4

アロマの化学の基本3
～植物油の化学～
実習【植物油ブレンド】

◎レッスン5

からだのしくみと働きの基礎知識
～ホメオスタシスと健康維持、体質改善～
実習【体質改善のためのオイル】

◎レッスン6

薬理学の基本
～精油成分の浸透・吸収・体内動態～
実習【美容オイル】

◎レッスン7

嗅覚と香り
～香りをとらえる嗅覚と、脳への伝導～
実習【意志力・記憶力強化のための香り軟膏】

◎レッスン8

調香1
～香りの知識とアコードへの第一歩～
実習【爽やかな香りのコロン】

◎レッスン9

からだの調節機構<神経系>
～リラックスと神経系の関係を理解する～
実習【リラックスのためのバスオイル】

◎レッスン10

からだの調節機構<内分泌系>
～体液、血液、血糖値などの調節機構を知る～
実習【元気になるジェル】

◎レッスン11

ストレスケアのアロマセラピー
～ストレスの知識をストレスケアに役立てる～
実習【ストレスケアのためのトリートメントオイル】

◎レッスン12

精油の抗菌・抗真菌・抗ウイルス作用
実習【ハンド消毒用ローション】

◎レッスン13

生体防御機構<免疫系>
～毎日を元気に過ごすために～
実習【免疫力強化のためのブレンド(塗布用)オイル】

◎レッスン14

皮膚の基礎知識とスキンケア
～健康で美しいお肌のために～
実習【化粧水と美容クリーム】

◎レッスン15

婦人科領域のアロマセラピー
～月経、妊婦、更年期～
実習【月経トラブル or 更年期障害に対するジェル】

◎レッスン16

スムーズな呼吸のために<呼吸器系>
～感染症を予防しながら心地よい呼吸を～
実習【呼吸器のための香りブレンド(アロママスク用)】

◎レッスン17

消化・吸収・排泄<消化器系>
～健康への第一歩、食べること・出すこと～
実習【消化器系のためのブレンドオイル】

◎レッスン18

家庭でのアロマセラピー、職業としてのアロマセラピー
実習【芳香用ブレンド】

◎レッスン19

からだの巡りを整える<循環器系>
～滞りを改善し、淀みなく、スムーズに～
実習【トリートメントオイル、バスオイル】

◎レッスン20

心地よく身体を動かすために<運動器系>
～身体を動かして、いつまでも若々しく～
実習【湿布、ブレンドオイル】

◎レッスン21

健康的なスタイル美人へ
～肥満とメタボリックシンドローム～
実習【スリミング、ダイエットブレンド】

◎レッスン22

調香2
～オリジナルパフュームを創る～
実習【香水】

◎レッスン23

快い眠りを誘うアロマセラピー
～睡眠の基礎知識とアロマセラピーの有用性～
実習【安眠ブレンド】

◎レッスン24

ライフステージにおけるアロマセラピー
～乳幼児、シニア、終末期～
実習【トリートメントオイル】

