

## NARD JAPANアロマ・アドバイザーコースのご案内

### 本当の健康は自然との調和にあり

メディカルアロマセラピーで使用する精油は、有用な作用を持つ「天然の化学成分」でもあり、嗅覚を通じて私たちの自然治癒力の源泉へ作用し、本来のあるべき状態へ導く「自然の恩恵」でもあります。その特徴を理解することで、自分の健康へと役立たせることができます。メディカルアロマセラピーの真髄を学び、自分と大切な人を守る心強い手立てを得て、植物・自然・本来の自分と一つのライフスタイル、本当の健康を手に入れませんか？



### レッスン1 アロマセラピーの基礎、精油の基礎 ~香から広がる豊かな世界~

◇アロマセラピーとは

◇精油とは

◇香りはからだに作用します

精油:ペパーミント、ラベンダー・アングスティフォリア、レモン、オレンジ・スイート

実習:ルームコロン

### レッスン2 アロマセラピーの歴史と未来 ~アロマセラピーのミクロの世界へ~

◇芳香分子とは何か

◇精油の化学:モノテルペン炭化水素類、セスキテルペン炭化水素類

精油:サイプレス、ジュニパー、フランキンセンス、ミルラ、ティートウリー

実習:軟膏

### レッスン3 アロマでスキンケア1 ~美しいお肌のために~

◇お肌の構造と役割

◇お肌の状態に合わせた精油の選択

◇精油の化学:モノテルペンアルコール類 フロクマリン類

精油:パルマローザ、ホーウッド、ゼラニウム・エジプト、ラベンダー・スピカ、カモマイル・ジャーマン、カモマイル・ローマン

実習:美容オイル

### レッスン4 アロマでスキンケア2 ~ハーブウォーターでさらりと美肌~

◇化粧品とは

◇ハーブウォーターの基礎知識

◇ハーブウォーターを学ぶ

実習:ハーブウォーターの化粧水

### レッスン5 アロマバスでリラックス ~1日の終わりを心地よく~

◇沐浴

◇神経系の基本

◇リラックスとは

◇安全なアロマセラピーの実践のために(法律、精油の禁忌、注意など)

◇精油の化学:エステル類

実習:アロマバスオイル

## レッスン6 精油の調香～オリジナルの自然香水で素敵に香る～

◇香り・調香の基本

◇嗅覚

精油:ローズ、ネロリ、ジャスミン、パチュリー、サンダルウッド

実習:オードトワレ

## レッスン7 毎日を元気に過ごすために～風邪やインフルエンザの予防～

◇風邪やインフルエンザなどの感染症について

◇精油を利用した予防や改善

精油:ユーカリ・ラディアタ、ラヴィンツアラ、ローズマリー・シネオール、ローレル、ブラックスペルース

実習:風邪予防&改善のためのジェル

## レッスン8 アロマトリートメント～やさしい香りと心地よいタッチで癒される～

◇アロマトリートメントとは

◇植物油について

◇植物油を学ぶ

実習:トリートメントオイル

## レッスン9 スムーズに動けるからだになろう～痛み・炎症へのアプローチ～

◇痛みと炎症

◇筋肉と骨格

◇精油の化学:フェノールメチルエーテル類、テルペン系アルデヒド類

精油:ユーカリ・レモン、レモングラス、リトセア、バジル、ウィンターグリーン

実習:痛み・炎症緩和クリーム

## レッスン10 体質改善のための精油～心身のバランスを整えて～

◇ヒポクラテスの体質分類

◇体質に合う精油の判断

◇精油の化学:ケトン類

精油:ローズマリー・カンファー、ヘリクリサム、ペパーミント

実習:体質改善に役立てるブレンドオイル

## レッスン11 抗菌アロマセラピー～精油の抗菌作用で生活環境を整える～

◇微生物について

◇精油の化学:フェノール類、芳香族アルデヒド類

精油:オレガノ、クローブ、シナモン・カシヤ、オレンジ・スイート(復習)、レモン(復習)

実習:石鹸、抗菌スプレー

## レッスン12 女性のためのアロマセラピー～妊娠、月経トラブル、更年期～

◇女性ホルモンとからだの働き

◇精油の化学:セスキテルペンアルコール類、ジテルペンアルコール類

精油:クラリセージ、サンダルウッド(復習)、パチュリー(復習)

実習:ブレンドオイル

## レッスン13 まとめのレッスン + アロマハンドトリートメント



13 回目のまとめのレッスンでは、アロマ・アドバイザーの認定資格試験の対策とこれまでのレッスンの振り返り、またご家族や周りの大切な方にアロマハンドトリートメントができるように実習いたします。(Creative Aromaのオリジナルトリートメントでサービスの内容です)

### 授業で学ぶ精油 40 種類

- イランイラン
- ウィンターグリーン
- オレガノ
- オレンジ・スイート
- カモマイル・ジャーマン
- カモマイル・ローマン
- クラリーセージ
- クローブ
- サイプレス
- サンドルウッド
- シナモン・カシヤ
- ジャスミン
- ジュニパー
- ゼラニウム・エジプト
- ティートウリー
- ネロリ
- バジル
- パチュリー
- パルマローザ
- プチグレン
- フランキンセンス
- ブラックスペルース
- ペパーミント
- ヘリクリサム
- ベルガモット
- ホーウッド
- マジョラム
- ミルラ
- ユーカリ・ラディアタ
- ユーカリ・レモン
- ラヴィンツァラ
- ラベンダー・アングス  
ティファリア
- ラベンダー・スピカ
- リトセア
- レモン
- レモングラス
- ローズ
- ローズマリー・カンフ  
アー
- ローズマリー・シオー  
ル
- ローレル

### 授業で学ぶ植物油 6 種類

- ホホバ油
- ファーナス油
- アルガン油
- カロフィラム油
- ローズヒップ油
- シアバター(ファーナスペレット)

## 授業で学ぶハーブウォーター 6種類

- ティートウリーウォーター
- カモマイル・ジャーマンウォーター
- ペパーミントウォーター
- ローズウォーター
- ラベンダーウォーター
- レモングラスウォーター

## テキスト



公式テキストです。



## スクール説明会について

まずは、スクール説明会のお申込みをされ、学ぶ内容等ご確認の上、お申込みいただきますようお願いいたします。テキスト等お見せしております。スクール説明会は予約制で行っておりますので、ご希望の日時などをお知らせの上、お申込みくださいませ。どのような場所で、どのような講師から学べるのか、お気軽にご確認くださいませ。

## 受講日程について

●少人数制で開講しております。お問合せください。

●お友達とのグループレッスン お申込みの人数が多いほど割引がございます。いつからでもスタート可能です。お好きな日時で受講日を選択できます。ご希望の開始日より1週間前までにスクール説明会をご予約ください。1回2.5時間、全13回のレッスンです。

## 受講料について(税抜表示)

●少人数制クラス(定員4名)

授業料:112000 円

教材費:24000 円

実習費(13 個分のクラフト作成にかかる費用)20000 円

合計156000 円

## ●お友達とのグループレッスン

2名様でのお申込み 授業料:112000 円 教材費:24000 円 実習費(13 個分のクラフト作成にかかる費用)20000 円 合計 156000 円	3 名様でのお申込み 授業料:100000 円 教材費:24000 円 実習費(13 個分のクラフト作成にかかる費用)20000 円 合計 144000 円
---	--

その他かかる費用(少人数制・グループレッスン共通、税抜表示)

- ・アロマ・アドバイザー受験料 6000 円(試験当日)
- ・NARD JAPAN 年会費 8000 円(入学時と年 1 回納付)
- ・アロマ・アドバイザー認定登録料 6000 円(合格後)
- ・再受験の場合 6000 円

### アロマセラピー・精油の注意事項

精油は非常に高濃度で、アロマセラピーとして心身への影響がうかがえますが、日本の法律において精油は通常雑貨扱いとなり、医薬品や化粧品ではありません。

そのため、精油を扱う際は自己責任によって自分自身に行うことが基本となります。使用上の注意を守り、国内で分析されたしっかりした成分分析表が添付された精油を選ぶことが必要です。

また、診断や治療などの行為は医師法・薬事法などの法律に抵触しますので、くれぐれもご注意ください。万一事故等が起きた際にも自己責任となります。当スクールは一切の責任を負いかねますのでご了承ください。

### お申込み

**Creative Aroma(クリエイティブアロマ)**

creative.aroma@nifty.com

080-8239-5465(土屋まで)