

NARD JAPANアロマ・インストラクターのご案内

嗅細胞や海馬の神経が再生するにはそれなりの理由がある。もっと知りたい、アロマの可能性。

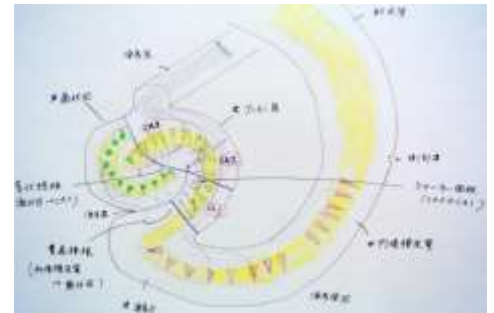
実はもっと大事な知るべき精油の特性があるのです。それはきっと、健康に関して何が正しいのか、あふれる情報の中から自分自身が判断できる責任をあなたに戻すきっかけになることでしょう。

最近、「認知症のアロマ」が注目されていますね。アロマ・アドバイザーの時にもお話しておりますが、嗅細胞と海馬の一部（嗅覚の刺激が脳へ伝わる経路）は**神経でありながら唯一再生することがわかっている場所**です。

アルツハイマー病患者は早期に短期記憶を蓄積する海馬、本能的な情動を司る扁桃核、自律神経の中核である視床下部に神経の変化が起っています。そしてごく初期から嗅覚の異常がみとめられます。香りの信号がダイレクトに伝わる場所に異常があることから、香りですその場所を刺激するのは大事ということになります。

もちろん認知症の予防に香りの刺激が重要なのですが、まだ若い年代の私達も、大脳辺縁系への香りの刺激がどれほど有効であることかを知っておくべきでしょう。ストレスと大脳辺縁系というのは、切っても切り離せない関係があります。例えば、海馬が健康的であれば、ストレスに抗する力もアップしますし、不安やうつ症状の軽減にも役立ちます。しかし、過度なストレスに対して海馬は非常に脆弱です。ストレスによって海馬の神経再生も阻害されます。ストレスによって起こる体の変化、さらに脳への影響、そして大脳辺縁系の機能、こういったことを学ぶともっと体全体が見えてきます。そして何より、「アロマがすごい！！」ってことを自信を持って人に伝えられるようになります。

それではなぜ、嗅覚の経路の神経が再生するのでしょうか？これは「自然界のしくみ」を理解すれば見えてくるはずです。



海馬の構造。海馬のどこが神経再生するのか、知っていますか？

これからの時代に必須な精油の強み。抗菌アロマの世界。

「ティートゥリー精油は水虫にいいので、足浴にピシピと入れて使ってます！」と言われる方がいます。これ、典型的な間違いですよ。足浴すること自体は足を清浄に保つのに役に立つかもしれませんが、アロマ・アドバイザーの時に、精油は水にとけないので、乳化剤を使う必要があると習いましたね。これはもちろんのことですが、そういったことを言っているわけではありません。ピシピと入れる程度ではケア（ここでは自分自身の責任の元で精油で管理するということ。）できないのです。足浴の温度、足浴の時間、精油の濃度、精油の種類、水虫のタイプについても知り、正しく用いることが必要になってきます。抗菌アロマの世界に関しては、科学的な裏づけがかなり進んでおります。そもそも、ティートゥリー精油も水虫に効果が期待できますが、もっと他にも有用な精油があるのです！

精油の抗菌作用の特徴、抗生物質と精油の作用機序の違い、薬と精油の違い、そんなことを知ると感染症予防の幅が広がることは間違いありません。



井上重治先生のご指導のもと、精油の抗菌作用を調べる実験（アロマトグラム）をしたことがあります。カンジダ菌を培養したシャーレに精油のしみこませたろ紙を置き、さらに培養すると、精油をしみこませたろ紙の周りにはカンジダ菌が死滅している円ができました。

数百種類の精油成分と自然界のしくみ。精油成分のホーリズム。

私たちの体は実に精妙なしくみで成り立っています。体の仕組みをミクロのレベルで知れば知るほど、誰がこの体の設計図を作ったのだろうか？と目には見えない偉大なる存在へのつながりを感じずにはられません。神経伝達物質も、ホルモンも、それらを受け取る受容体も、すべては拮抗的な働きを兼ね備え、『バランス』という自然の法則の上に成り立っています。それを理解すれば、体は実に精妙でもあり、実にシンプルでもあることがわかります。



全体の大事さを確認しよう！

単体成分の強い作用をもつ薬剤を一つの受容体へと向けて使用することによる心身への影響を、体のことを熟知した上で想像してみると、何が正しい選択か真実が見えてきます。数百種類という複雑な精油の成分は、例えば鎮静作用もあれば強壮作用も同時に兼ね備え、その人の全体へと繊細にかつ優しく心身のバランスをとる「鍵（きっかけ）」となりえます。きっかけをもらった体は、自らの自然治癒力を発揮し、ホメオスターシス（恒常性）を維持するよう働きます。

微量な成分も含めて、数百種類の精油成分のひとつひとつがかけがえのない成分で、それらの成分の総和以上の働きを持っています。自然という恩恵が作り出した精妙な成分が、私たちの精妙な体になじみ、私たちを健康にしていこうと考えています。芳香分子の理解をミクロのレベルで、そして同様に私達の体もミクロのレベルで探求していくと、結局は自然界へとつながっていくのです。

インストラクターコースで得られること

- ・さまざまな症状を理解し、有用であると考えられる精油選択が自分自身で行える
(メディカル的な使い方を深めることができる)
- ・キャリアオイル、ハーブウォーターについて多数学べる
- ・講師としてどのようにアロマセラピーを伝えればよいのか実践を通じて学べる
- ・電子座標系グラフを頭に浮かべながら、メディカルブレンドが行える
- ・「芳香成分」「香りの調和」「体質」のすべてを考慮しながらブレンドが行える
- ・アロマ・アドバイザーで習った精油の知識を深めることができる
- ・体の仕組みを理解することで、精油の正しい扱い方を理解できる
- ・プロとしての仕事をイメージし、行動につなげることができる



こちらがテキストです。プロフェッショナルなアロマが学べます。公式テキストです。精油一つ一つはケモタイプ精油辞典で学びます。

● 受講日時について: まずはお問い合わせください。

● 受講料について(税抜表示)

授業料: 280000 円

教材費: 16000 円 35000 円→31500(10%オフ)

副教材: 3000 円 目で見る体のメカニズム

実習費: 42000 円

合計 372500 円

後日かかる費用について

インストラクター試験受験料 8000 円

インストラクター口述試験料 15000 円

インストラクター認定登録料 10000 円

◆インストラクター内容

- 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～
- 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～
- レッスン3 アロマの化学の基本2～精油の芳香性分類～
- レッスン4 アロマの化学の基本3～植物油の化学～
- レッスン5 からだのしくみと働きの基本知識～ホメオスタシスと健康維持、体質改善～
- レッスン6 薬理学の基本～精油成分の浸透・吸収・体内動態～
- 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～
- レッスン8 調香1～香りの知識とアコードへの第一歩～
- 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～
- 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～
- 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～
- レッスン12 精油の抗菌・抗真菌・抗ウイルス作用～抗菌アロマセラピーの世界へ～
- 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～
- レッスン14 皮膚の基本知識とスキンケア～健康で美しいお肌のために～
- レッスン15 婦人科系領域のアロマセラピー～月経、妊婦、更年期～
- 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～
- 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～
- 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
- 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～
- 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～
- 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～
- レッスン22 調香2～オリジナルパフュームを創る～
- レッスン23 快い眠りを誘うアロマセラピー～睡眠の基本知識とアロマセラピーの有用性～
- 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～

◆実習項目

- ◇石鹸 ◇ローズの香りのボディミスト ◇蚊よけスプレー ◇植物油ブレンド ◇体質改善のためのオイル ◇美容オイル ◇意志力・記憶力強化のための香り軟膏 ◇さわやかな香りのコロン ◇リラックスのためのバスオイル ◇元気になるジェル ◇ストレスケアのためのトリートメントオイル ◇ハンド消毒用ローション ◇免疫力強化のためのブレンド(塗布用)オイル ◇化粧水・美容クリーム ◇月経トラブル or 更年期障害に対するジェル ◇呼吸器のための香りブレンド(アロママスク用) ◇消化器系のためのブレンドオイル ◇芳香用ブレンド ◇トリートメントオイル・バスオイル ◇湿布・ブレンドオイル

アロマ・インストラクターコースで習う精油20種類。ホームケアはアドバイザーで習った40種類で事足りるかと思いますが、メディカルアロマとなると、さらに特殊な成分を含んだ精油が必要となってきます。

アカマツ・ヨーロッパ	タイム・サツレオイデス
アトラスシダー	タイム・チモール
カユブテ	タナセタム
グレープフルーツ	ニアウリ・シネオール
シダー	ベンゾイン
シトロネラ・ジャワ	マンダリン
ジンジャー	ラベンダー・スーパー
スターアニス	ユーカリ・グロブルス
セージ	ローズマリー・ベルベノン
セロリ	ロックローズ

アロマ・インストラクターで習う植物油 9種類

アプリコット油	スイートアーモンド油
イブニングプリムローズ油	ヘーゼルナッツ油
グレープシード油	アルニカ油
小麦胚芽油	カレンデュラ油
	セントジョンズワート油

アロマ・インストラクターコースで習うハーブウォーター10種類

クローブウォーター	ユーカリ・ラディアタw
カモマイル・ローマンw	ユーカリ・レモンw
タイム・ブルガリスw	レモンバームw
タイム・マストキナw	ローズマリーw
パルマローザw	ローズ・ゼラニウムウォーターw

●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)

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。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くださいませ。