

アロマテラピー検定対応講座

アトリエ・ティロワール

2020/02 revised

	内容	実習内容
Lesson1	香りのイメージング アロマテラピーの基本 アロマテラピーの定義、精油とは、アロマテラピーの安全性など 利用法(芳香浴) 精油各論	アロマスプレー
Lesson2	精油の基礎知識(蒸留法、作用など) 基材論 利用法(沐浴法、吸入、フェイシャルスチーム) 精油各論	バスソルト フェイシャルスチーム体験
Lesson3	アロマテラピーが心身に働きかけるメカニズム アロマテラピーとホメオスタシス 利用法(湿布法) 精油各論	クレイパック ミツロウクリーム
	アロマテラピーの歴史 アロマテラピー関連法規 利用法(セルフスキンケア/ハンドメイドコスメ) 精油各論	化粧水 ハンガリアンウォーター
Lesson5	アロマテラピーとビューティ&ヘルス① 女性ホルモン、スキンケア 利用法(トリートメント法) 精油各論	トリートメントオイル セルフハンドトリートメント
Lesson6	アロマテラピーとビューティ&ヘルス② ストレス、睡眠 精油各論	練り香水
	アロマテラピーアドバイザー認定講習会(3時間)	

* Lesson1～6は、各回2～2.5時間の授業となります。

* 最終回は、アロマテラピーアドバイザー講習会となります。(3時間)

* 実習内容は、予告なしに変更することがあります。