

The background of the slide features several sprigs of lavender and eucalyptus leaves scattered across a light-colored, horizontally-grained wooden surface. The lavender flowers are in various stages of bloom, showing shades of purple and blue. The eucalyptus leaves are green and have a characteristic rounded, opposite arrangement on the stems.

陰陽五行アロマ占い
カウンセラー
養成講座

アロマ編 6

アロマをブレンドしてみよう

- ⑦クラフトの準備
- ⑧クラフトの機材・道具
- ⑨精油の希釈の仕方
- ⑩精油のブレンドの仕方
 - ・揮発のバランス
 - ・香りの強さ
 - ・香りのタイプ（香調）
- ⑪アロマフレグランスオイル作り方（ワーク）
- ⑫アロマ香水の作り方（ワーク）

アロマテラピーで使用する基材

植物油（キャリアオイル）

精油を体内へ運ぶ役割から、キャリアオイル（運ぶものを意味）またはベースオイル

- * アロマ トリートメントを行うときなど、精油を薄めるために使用します。精油とよくなじみ、精油成分を体内へ浸透しやすくします。
- * 用途や肌質に合わせて選択しましょう。なお、植物油は食用の油ではなく、必ずアロマテラピー用のものを使用
- * **ココナッツオイル**（分子が小さく浸透性が高い）
ホホバオイル（酸化や熱に強く肌質を選ばない/ツゲ科の植物の種子ワックス）
セサミオイル（オレイン酸、リノール酸などの抗酸化作用）

初めて使用するものについては、事前にパッチテストを行いましょう。

- * 植物油の保管のしかたは、基本的に精油と同じ。直射日光や高温多湿は避け、冷暗室で保存。早く使い切る。油ですので、酸化しやすい。匂いがしてきたら使用不可。購入の際はできるだけ鮮度の良いものを選ぶ。



無水エタノール

- * エタノール（エチルアルコール）を99.5%以上含むもの。
香水やルームフレグランスを作る時に使用。揮発性が高く燃えやすいため、保管場所に注意しましょう。薬局やネットショップでも購入できます。
無水エタノールの代わりに、消毒用エタノール（エタノール濃度80%前後）を使用することもできます。（ホワイトリカー、ウオッカなども代用可）

水（精製水・ミネラルウォーター）

- * 水道水に含まれる不純物を取り除いた水です。化粧水を作るときなどに使用します。（水道水には塩素などの成分が含まれており、アロマテラピーでは使用しません。）

塩（天然塩）

- * ミネラル豊富な天然塩は、バスソルトづくりに使用します。

ミツロウ

- * ミツロウは、ミツバチが巣を作るときに分泌する天然のワックスです。
肌にやさしく、クリームに適しています。
未精製のものは黄色く天然の香りがあり、精製されたものは白色で香りがないという違いがあります。



グリセリン

保湿効果が特徴的で、ローションやクリームなどによく使用される基材です。精油と水のつなぎにも利用されます。

ハチミツ

ハチミツも基材として、スキンケアなどに利用されます。不純物の混じっていないものを選びましょう。

クレイ（粘土）

地中から採掘された粘土の一種で、色や成分ごとにさまざまな種類があります。ミネラル分を多く含み、肌の美容に効果的です。パックや湿布などスキンケアに利用されます。