The background of the slide features several sprigs of lavender with small purple flowers and eucalyptus leaves with their characteristic rounded, silvery-green foliage, arranged on a light-colored wooden surface. The text is centered within a white rectangular area.

陰陽五行アロマ占い  
カウンセラー  
養成講座

アロマ編 9

# まとめ ブレンドのコツ

## 1、ブレンドのコツ

香りの強いものは少なめに、また、反対に、ベルガモットやオレンジといった柑橘系など、香りの弱いもの（感じにくいもの）は多めに入れる。  
バランスの良い香りに。

### <香りが強いもの>

ペパーミント、ゼラニウム、ローズマリー、ベチバー、  
レモングラス、マジョラム、フランキンセンス  
パチュリ、イランイラン

### <香りが弱いもの>

ベルガモット

## 2、ブレンドのコツ

異なるノート（揮発性）の香りを組み合わせる  
精油はそれぞれ空気中に蒸発する時間（ノート）が違い、  
異なるノートのオイルをブレンドすると、香りが持続するうえ、  
香りの変化も楽しむことができます。

特に香水やリードディフューザーなどフレグランス作りの際に意識したいポイントです。

<例> T：オレンジ・スイート + M：ラベンダー + B：パチュリ

# ブレンドのコツ

## 3、ブレンドのコツ

この3つの揮発性が混ざるように意識してブレンドすることで、香りがより一層長持ち。

例えば、トップノートの香りを使いたいと思ったときは、ミドルノートとベースノートを組み合わせる。

また、これらの揮発性をバランスよく組み合わせるには

トップ：ミドル：ベースの割合が、

**「4:4:2」**

割合を意識することで、香りがより持続し、香りの変化まで楽しむことができます。

ぜひ試してみてくださいね。

木	ラベンダーC*・オレンジF・ グレープフルーツF*・ベルガモットF ペパーミントF*	カモミールC・プチグレン C・ ライムF
火	ラベンダーC・ローズマリーF イランイランC・パチュリC レモングラスF	ジンジャーF・レモンF・ ティートリーC
土	レモンF・マジョラムF フェンネルF・グレープフルーツF* ペパーミントF*	パチュリC・ローズマリーF ミルラC・ゼラニウムC
金	サイプレスC*・クラリセージF ユーカーリC・ティートリーC フランキンセンスC	ジンジャーF・バジルF・ ミルラC
水	シダーウッドC・ゼラニウムC ベチバー・ジュニパーベリーC サイプレスC*	タイムC・サンダルウッド C・ ジンジャーF

\*ドテラ社 精油

カテゴリー

F：飲み物や料理  
に加えて  
(食品添加物)

C：肌に塗布  
(化粧品)

G：芳香・  
ディフューズ  
(雑貨)

\* キャリアオイル（基材）5mlに対して

0.5%→1滴

1%→2滴

2%→4滴

\* 成人の場合の希釈濃度は

顔のトリートメント0.1%～0.5%

全身のトリートメント1.0%～2.0%

部分トリートメント2.0%～2.5%

\* 妊娠中⇒0.5%以下

\* 乳児⇒使わない

\* \* \* \* \* 幼児（～6歳）⇒0.5%以下

7～12歳の児童・高齢者の方⇒成人の半分

\* 個人差・体調によっても考慮



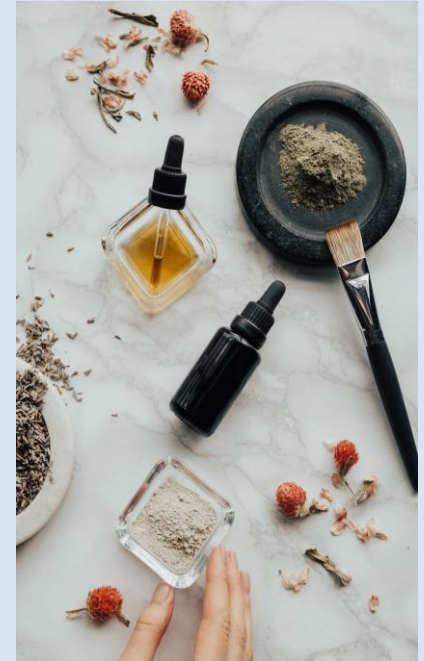
# フレグランスオイルを作っちゃおう！！AEAJ版 2

## ♪材料

- ・精油・・・2滴
- キャリアオイル・・・10ミリ
- ロールオンボトル
- ビーカー

## ♪作り方

- ①キャリアオイル10m l をビーカーに入れる。
- ②選んだ精油を2滴  
ベース→ミドル→トップの順に  
香りを確認しながら少しずつ、ビーカーに入れてよく混ぜる。
- ③ロールオンボトルに移し替え、しっかりフタをする。
- ④使用前に振ってください。



- ・原液塗布OK (化粧品)  
皮膚の弱い方は必ず希釈する

## 希釈濃度

- ・ボディのマッサージオイル 2~3%
- ・フェイス 1%
- ・敏感肌 0.5%

## ♪材料

- ・精油・・・4~6滴
- キャリアオイル・・・10ミリ
- ロールオンボトル
- ビーカー

## ♪作り方

- ①キャリアオイル10mlをビーカーに入れる。
- ②選んだ精油を6滴  
ベース→ミドル→トップの順に  
香りを確認しながら少しずつ、ビーカーに入れてよく混ぜる。



# フレグランスオイルを作っちゃおう！！do TERRA 2

## ♪使用上の注意

- \* ワンシーズンを目安に使い切りましょう。
- \* 敏感肌の方は、精油の量を減らしましょう。
- \* 柑橘系の精油は光毒性に注意

- ・ 原液塗布OK (化粧品)  
皮膚の弱い方は必ず希釈する

### 希釈濃度

- |                |         |
|----------------|---------|
| ・ ボディのマッサージオイル | 2 ~ 3 % |
| ・ フェイス         | 1 %     |
| ・ 敏感肌・乳幼児・高齢者  | 0.5%    |

