

| | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------|
| 科目名: アロマセラピー入門 | | 科目コード | AA14 |
| 科目主査: 野口 花琉実 担当講師: 野口 花琉実 | | 単位 | 2 |
| | | 配当年次 | 3・4 |
| 授業の目的と概要 | グループワーク: <input checked="" type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし | 個人ワーク: <input checked="" type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし | |
| アロマセラピーやメディカルハーブといった植物療法は、古くから人間と自然の関わりの中で誕生した自然療法です。これらを深く学ぶには、しっかりとした土台となる基本を身につけることが大切です。 本科目では、アロマセラピーやハーブの基礎から応用までを確実に学び、自身の生活の心身の健康と美容に役立てることを目的として、実際に精油やハーブに触れる実習を含め、具体的に体得できるように進めていきます。 | | | |
| 担当教員の実務経験等 | [担当教員の実務経験] エステティックサロン、産婦人科、皮膚科、介護施設等でトリートメントを経験、現在もサロン経営および化粧品会社の商品開発コンサルティング等を行うアロマビューティーコンサルタントとして活動。また植物療法をメンタルヘル스에役立てる企業研修なども行う。 [実務経験に基づく項目] 精油の活用法、アロマオイルマッサージ、メディカルハーブの有効性、メディカルハーブの活用法 等。 | | |
| 履修の前提となる科目 | <input type="checkbox"/> あり <input checked="" type="checkbox"/> なし | 科目名: | |
| 履修の前提となる知識 その他特記事項 | 事前学習として、テキストP14～P39 (P21～P26を除く)を読み、植物と自分との関わりについて考えてください。受講にあたり香水の使用は控えてください。アレルギーが心配な方は事前に講師に申し出てください。 | | |
| テキスト | 未定 ※テキストはスクーリング受講許可者に配布します。 | | |
| この科目の到達目標 | ①アロマセラピーおよびメディカルハーブの基礎知識や心身に対する効用を理解することができる。 ②自分自身の体調や精神状態、また美容に有効な精油やメディカルハーブを選択し、効果的な方法で用いることができる。 ③自分自身のストレスマネジメントに役立てることができる。 | | |
| 成績評価の方法 | 授業態度を重視し、授業時間中の集中度合い、グループワークへの参画度合い、実習への取り組み等を評価対象とします。最終試験は授業とテキスト内から出題します。香りのイメージワークは自分の感覚の言語化を、ケーススタディは授業内容を理解しているかを見ます。 | | |
| 事後学習 | 実習で製作した物を講義終了後も継続使用し、自分の心身の変化に意識を向ける生活を送りながら、テキストを利用してアロマセラピー・メディカルハーブの実践を心がけること。 | | |
| 事後学習の参考文献 | 『メディカルハーブの事典 改訂新版 主要100種の基本データ』林 真一郎,東京堂出版,2016年 『メディカルハーブ検定テキスト』NPO法人日本メディカルハーブ協会,池田書店,2020年改訂版 『アロマセラピー検定公式テキスト1級・2級』公益社団法人日本アロマ環境協会,世界文化社,2020年改訂版 | | |
| スクーリング受講時に用意するもの <input checked="" type="checkbox"/> テキスト <input checked="" type="checkbox"/> 筆記用具 <input checked="" type="checkbox"/> フェイスタオル(1日目にハンドマッサージに使用) | | | |