

アロマテラピーはきっと あなたの世界を広げてくれます。

アロマテラピーをはじめた皆さんがよく口にするのが「知れば知るほど奥が深い」というコトバ。ココロやカラダに作用する植物の香りは私たちの生活のいろいろなシーンで活かされています。自分のキャリアアップに役立っている方や、暮らしの中に上手に取り入れている方も少なくありません。皆さんも、次のアロマライフについて考えてみませんか。



自分のお店を開いたり、ひとにアロマを教えたり、好きが高じて仕事にしている方もいます。

**アロマの仕事に
就きたい**

P3~



アロマテラピーの知識を、今働いている職場で役立てている方もいます。

**今の仕事に
活かしたい**

P5~



アロマテラピーをきっかけに、さまざまなボランティア活動に取り組んでいる方もいます。

**アロマで
社会貢献
したい**

P7~



両親や子供たち、親戚などの健康維持やリラクゼーションに役立っている方もいます。

**家族の
健康維持に
役立てたい**

P9~

持っている AEAJ の資格			
アロマテラピー検定 検定	アロマテラピーアドバイザー アド	アロマテラピーインストラクター イン	アロマセラピスト セラ

アロマを原点とした ホリスティックケア サロンをオープン

サロン経営

大谷 季子さん

検定 アド イン セラ



アロマセラピーをきっかけに道が次々と開けて。

旅先でトリートメントと出会い
人の身体を癒す仕事を目指すように。

20代前半は、OLをしながら雑貨屋でのアルバイトもするハードな毎日でした。そのため、いつも身体の調子が悪く、肌トラブルも気になっていました。そんな時、気分転換にと旅した沖縄で受けたアロマセラピートリートメントに驚きました。これまで経験したことのない安らぎに出会ったのです。その後カナダに留学した際にホストマザーへのタッチケアがとても喜ばれ、「人の身体を癒す仕事もいいかも」と思うようになりました。友人がアロマを勉強していて、とてもイキイキしていたことも刺激になって、帰国後アロマセラピーの勉強を本格的に始めました。深めていくほどに楽しくなり、アロマセラピスト資格を取得後はサロンに就職。スキルを磨き、2年前に念願の自分のサロンをオープンしました。

壁を乗り越えるチカラとなったのは
家族のサポートとアロマへの想い。

ところが、いざ開業すると経営の難しさに直面

してしまって……。乗り越えられたのは、家族のサポートと「アロマセラピーの魅力をたくさんのお客さまに伝えたい」という強い気持ちがあったからだと思います。起業セミナーに通い、話し方や表情の作り方を学んだり、認定心理士の資格を取るなどサロン経営に必要と思われる勉強もしてきました。

でも何より、どんな苦しい状況でも、お客さまひとりひとりに心を込めた施術を行うという基本を忘れず続けたことが、今に繋がったのだと思います。

深めれば深めるほど、
アロマの可能性の大きさに驚く。

現在は、アーユルヴェーダなども取り入れ、ホリスティックビューティを目指すサロンとして展開しています。実はアーユルヴェーダもアロマセラピーを通して知ったもので、学べば学ぶほどアロマセラピーの間口の広さ、奥深さに

驚かされます。

新たな目標はカフェ併設型サロン。
次の夢への第一歩を踏み出しました。

最近“食”に関する勉強も始めました。施術後にお出ししているマクロビオティックのデザートが思いのほか好評で、ベジタリアンを意識したカフェも併設できたらという新たな夢が芽生えてきました。

とはいえ、やはり私の原点はアロマセラピーです。お客さまが香りを選ばれる時の笑顔や、やすらいだ表情を見るとほんとうにうれしいですし、私自身も精油の深い香りで心が落ち着き、仕事への活力が生まれます。アロマセラピーは、私の人生に欠かせないもの。これからもずっと共に歩み続けるつもりです。



他にも、こんな方たちが



不調の根本的な解決を目指すトレーニングサロンをオープン

パーソナルトレーナー 小林麻利子さん 検定 アド イン

自律神経失調症を克服した経験から本格的にアロマセラピーの勉強を始め、アロマや運動、食育を取り入れたトレーニングサロンを開きました。肩凝りひとつとっても、運動不足、食生活、自律神経の乱れなどさまざまな原因があり、その解決のサポートにアロマを活用しています。お客さまへの提案の際に、資格取得時に学んだ解剖生理学などの知識が役立っています。



さまざまな経験が活かされる、アロマセラピストと講師という仕事

講師/サロン経営 堀尾 嘉秀さん 検定 アド イン セラ

アロマショップの店員などを経て、5年前にサロンをオープン。男性は女性よりも気分転換が苦手で、知らず知らずのうちにストレスを溜めている傾向があり、ここ2年ほどは男性のお客さまも増えました。アロマセラピストスクールで講師の仕事もしていますが、性別に関係なく、多様な経験や視点を持って講師という仕事に臨むよう努めています。



アロマテラピーで美容室に癒しのひとときを

美容師
藤本 智子さん

検定 アド イン セラ

アロマテラピーの本当のチカラを美容の場から広げていきたい。

ハンドトリートメントでお客様に癒しの時間を提供。

開業40年の地元密着型的美容室で、美容師として勤務しています。ここでシャンプーやカット等を行う傍ら、待ち時間に精油を使ったハンドトリートメントをしているのですが、様々な年齢層のお客様に「贅沢な気分になれる」と好評をいただいています。トリートメントを楽しみに来店してくださる方も多く、私自身も幸せな気持ちになります。サービスをはじめた当初は、アロマテラピー初体験というお客様がほとんどでした。「いい香りね」「肌がしっとりするね」と比較的スムーズに受け入れていただけましたが、まだまだ「本当のチカラ」を知らない方も多いようです。私自身が、アロマテラピーに助けられたこともあり、「アロマテラピーの本当のチカラがもっと幅広く知られるようになったらいいのに」とより強く思うようになりました。



アロマテラピーとの出会いで前向きな自分を取り戻し美容の道へ。

私がアロマテラピーに出合ったのは2011年の東日本大震災の頃です。震災のショックに加え、体調も冴えない日々が続いていたのですが、たまたま手にしたアロマテラピーの本に共感し、スクールに通うことに。学んでみるとほんとうに楽しくて、アロマセラピストの資格取得まであっという間でした。前向きな気持ちを取り戻すことができ、しばらく離れていた美容業界に戻ろうと決心したんです。

師でもあるオーナーが、私の背中を押してくれた。

現在勤務している美容室は、実は20代の頃に1度お世話になったことがあるお店。オーナーでもある先生のお役に立ちたいという気持ちもあり、ここで再出発することに決めました。この道40年以上の先生は新しいものへの取り組みも柔軟で、「これからは美容業界でも癒しが必要とされる時代だから」

と、私からのアロマテラピー導入の提案にも快く賛同してくれました。

ヘッドスパとアロマテラピーの融合で新しい癒しのカタチを発信したい。

今の美容室で働くことを心から楽しんでいた私ですが、お店がヘッドスパを取り入れたことで、ますます仕事が面白くなってきました。そんな私を見て、先生が「あなたももっと癒しを追求するべき」と、私の技術や想いをより活かせる職場を勧めてください、この春から、ヘッドスパの専門店に勤務することになりました。まずは、ヘッドスパの技術を磨くことが優先ですが、アロマテラピーのチカラをもっと広く発信する拠点にできたらいいなと思っています。そのためにもっと自分自身を磨かなくては！こうした気持ちになれるのもアロマテラピーの効果かもしれません。次のステージでもさらに成長できるよう、努力を続けていくつもりです。



※4月よりヘッドスパ専門店に勤務予定

他にも、こんな方たちが



医療とアロマテラピーの共存をめざして

看護師 倉屋 絵梨さん 検定 アド イン

私は療養病棟で看護師として働いています。もっと患者さんの気持ちに寄り添う医療ができないかと考えていたとき、アロマテラピーに出会いました。アロマに触れると、患者さんの表情が豊かになるんです。医療現場への導入には困難なこともありますが、アロマテラピーにはたくさんの可能性があると感じていますので、継続して勉強していくつもりです。



アロマの知識で、よりよい眠りのアドバイスを

西川産業株式会社 スリープアドバイザー 長谷川 夏美さん 検定 アド

よりよい眠りのアドバイスができるようアロマテラピーの勉強をはじめました。社内の理解を得られるまでに苦労はありましたが、今では「これからはアロマについて話せる人間を育てなければ」と会社も資格取得を支援してくれるように。アロマテラピーのおかげで、仕事の幅が以前と比べ物にならないくらい広がっています。



植物の香りで 里山暮らしを もっと豊かに

及川 仁美さん

検定 アド イン



植物の香りを、まちの魅力のひとつにできれば。

憧れの里山にアトリエを構えて。

神奈川県を流れる雄大な相模川。その最も上流に位置する藤野地区は、豊かな自然が守られている美しい里山です。また芸術のまちとしても知られ、至るところでアート作品が見られるほか、一年を通して多彩なイベントが行われています。そんな藤野への憧れが高じて、1年ほど前に移住。アロマテラピーやハーブ、日本茶が楽しめるアトリエを構えました。



人との出会いが
新たな活動に繋がっていく。

実は、私のアロマテラピー歴はもう20年ほどになります。当時は少なかったハーブの種や苗を扱っている店を探し回っているときに精油に出会い、アロマテラピーの勉強をはじめました。そして、コツコツと活動が続けるうちに講師の依頼をいただくようになり、責任を持って皆さん

にお伝えできるよう、アロマテラピーインストラクターの資格を取得。経験を重ねてきました。

藤野に移住してからも、講師業と並行してアロマテラピーボランティアを続けるうち、さまざまな人との出会いがあり、新たな活動に繋がっていきました。そのひとつが、藤野観光協会さんとの出会いがきっかけで始まった「里山アロマテラピー」です。

ハーブや精油をプラスした
豊かな里山暮らしを提案。

「里山アロマテラピー」は、里山の暮らしをもっと豊かにするために、ハーブや精油を取り入れたライフスタイルを提案するものです。まちにハーブを育てる人が増え、植物の香りある暮らしが広がることで、ゆくゆくは藤野の観光地としての魅力をアップさせることに繋がりたいとの思い



もあり、藤野観光協会さんとお話をする中で講習会が実現しました。今後、観光協会さんが主催するイベント等で協力させていただきながら「里山アロマテラピー」の輪を広げていけたらと思っています。まだスタートを切ったばかりの活動ですが、これまでの経験を活かして、藤野のまちを盛り上げるお手伝いできればと考えています。



他にも、こんな方たちが



子育てサロンで、アロマを通してお母さんたちを応援

松島 葉子さん 検定 アド イン セラ

地域の子育てサロンでボランティアをしています。芳香浴をしながら赤ちゃんへのタッチケアを指導するほか、子育てに悩むお母さんたちの相談に乗ることも。香りに接することがお母さんたちの気分転換にもなっているようで、私自身もやりがいを感じています。



「香育」で子どもたちに香りの楽しさを伝えたい

織田 富子さん 検定 アド イン

アロマテラピーインストラクターの資格を活かして、娘が通う小学校の4、5、6年生と園芸高校の3年生を対象に、香育の出張授業を行っています。子どもたちが、「自分の好きな香りが見つかった」「元気になった」と香りを好きになってくれるのが、とってもうれしいですね。



元気を運ぶ
魔法の雫で
周囲に小さな
幸せを



宮下 智子さん 検定 アド イン

アロマのおかげで子どもの「失敗しなかったよ」の声が聞ける。

20代の頃の学びを活かせる時代になり、アロマセラピーへの想いが再燃。

大学を卒業後、マスコミに就職。しかし、昼も夜もない毎日で心身ともに疲弊していました。ちょうどその頃、ホーティカルチュラルセラピー(園芸療法)を知ったんです。同じ時期に母のガーデニングを手伝う機会があり、土の匂いや花の香りに癒されたことをきっかけに会社を辞め、渡英してホーティカルチュラルセラピーやアロマセラピーを学ぶことに。アロマセラピーが生活の一部であるイギリスではたくさんの刺激を受けましたが、当時の日本ではまだ環境は整っておらず、帰国後は結局元の仕事に復帰しました。しばらくアロマセラピーからは遠ざかっていたのですが、昨年、かつてアロマセラピーを共に学んだ知人と再会したことで想いが再燃。改めて勉強をし直し、AEAJの資格に挑戦するまでになりました。

子どもたちに小さな幸せを与える魔法の雫になることも。

精油は、我が家では子どもに小さな幸せを運ぶ



「魔法の雫」にもなります。例えば、寝起きが悪いときや、苦手なことに取り組みねばならないときに、大きな力を発揮します。よく行るのが、朝ごはん前のペパーミントの蒸気吸入と足湯ですが、学校から帰って来て「今日は速く走れたよ」「失敗しなかったよ」といった声を聞くと「少しは心の支えになったかな」とうれしくなります。

知識を深めたことで、自信を持って提案できるように。

子育てをしながらの勉強は簡単ではありませんでしたが、子どもたちの励ましに後押しされ、アロマセラピーインストラクターの資格も取得。正しい知識を得ることで、自信を持って提案できるようになり、本当に大きなプラスになりました。家族だけでなく周りの人にも知ってほしくて、長女の幼稚園の送迎の待ち時間に、ママ友たちへ「季節に応じたアロマセラピーの活用方法」をお伝えすることからはじめましたが、今ではさまざまなイベントを考えるまでになり

ました。アロマがきっかけで人とのつながりが広がることを実感し、資格を取って本当によかったと思っています。

アロマを、お料理と同じように身近な存在にしたい。

アロマセラピーを楽しむ人が増えてはいますが、日本ではまだまだ浸透しているとはいえません。例えば、幼稚園でも市販のユーカリの虫除けスプレーをあたりまえに使っているのに、なぜそれがいいのかも、自分で簡単に作れることも知らないひとがほとんど。でもアロマに興味を持っているママたちは多く、私がすすめたことで資格にチャレンジした人も何人かいます。まずは周りから広めていきたい。それには私自身がさらに深く学んで「アロマのことはあの人に聞けばわかる」と言われるような存在にならなければと考えています。お料理



と同じように、みんなで気軽にアロマレシピの交換ができれば理想ですね。そんなお手伝いができたらいいなと思っています。

他にも、こんな方たちが



精油の知識を活かして、息子用のクリームを手作り

吉井 菜穂子さん 検定 アド イン セラ

息子のアレルギーに悩んでいたときにアロマセラピーに出会いました。肌が敏感で市販品を使えなかった息子のために、成分を厳選したクリームや虫除けスプレーも手作りできるようになりました。また、アロマセラピストの勉強で人体のしくみなどをしっかり学んだことが、家族の健康管理にも活かしています。



アロマセラピーで、仲間の輪を広げたい

城田 由希子さん 検定 アド イン

アロマクラフト作りを楽しんでいます。わが家の人気クラフトは、ゼラニウムやローズウッドの精油を配合した自家製ハンドクリーム。夫も2人の息子も喜んで使ってくれています。もうすぐ子どもが巣立ち、夫も定年を迎えます。新しい生活が始まるまでに、アロマセラピーの輪をもっと広げておきたいと考えています。