

商品サポーターズグループ

9月定例会報告

- ・手浴
- ・アロマセラピーの知識(取り扱い/香りの伝達経路)
- ・国産精油の印象
- ・ラベンダー精油のイメージ
- ・ホームケアの実践報告

フロムラベンダー



発行者 : フロムラベンダー
発行者 : フロムラベンダー発行責任者
発行責任者 : 事業部 瀧
問い合わせ先 : TEL (055) 243-6328
FAX (055) 243-6329

手浴

は簡単にできるリラックス法です。今回私たちが行なった方法は以下のとおりです。最近疲れてるな～と感じたら、ぜひ実践してみてください。

材料：蜂蜜、クレイ、牛乳、お好みの精油

方法：洗面器に熱め(42 くらい)のお湯を張る。

お好みの精油(3滴以下)を牛乳・蜂蜜・クレイのいずれかで希釈する。

希釈したオイルを お湯に入れて、かき混ぜる。

手首までお湯に浸かって5～10分ほど香りを楽しむ。



ラベンダーのイメージは。。。暖める? or 冷やす?

さて、初の試み。出席のメンバー9名で試香紙につけた国産のラベンダーの香りを味わい、そのイメージの程度を12種類の感性を数値化したシートに記入してみました。

感性を項目にするなんて!とのご意見もあるでしょうが、意外なおもしろい結果が出てきました。この定例会には、嬉しいことにこの精油を作るため、様々研究や製品の企画をされているお二人(こころさん、村上さん)も加わって、このテイスティングにも快く協力頂いています。

両極のイメージを+2～-2に数値化し、それぞれの感性、直感などで判断してみました。ここでは、データを1つご紹介します。

暖める+2(0人)、+1(2人)、0(1人)、-0、5(1人)、-1(5人)、-2(0人)冷やす
同じ精油でも、これだけ受け止め方に違いがあります。興味のある方、試してみたい方、どうぞ気軽に連絡してくださいね。

「手を浸しているだけなのに、じんわり体が暖かくなり、とても不思議でした。香りによって だらっとまどろむのと なんとなくぴーんと目が覚めるような暖かさがあり、比較してみると こんなにも違うものなのだと感心してしまいました。」

<三木小百合>

『ある臭いを嗅いだときに、なんともいえず不快感を覚えたり、幸福感を思い出したりするのはあの臭い(香り)の分子が鼻から脳へと伝わった時、知的活動をつかさどる大脳新皮質ではなく、本能をつかさどっている大脳辺縁系へと直接伝わっているためだということが分かりました。だから、ある意味で香りに対して心や身体は正直な反応しかできないのではないかと感じました。手を入れただけでも身体全体が暖かくなるような感じで、いつまでもそれが続いていました。また、香りがやわらかに入ってくるので、単に香りを嗅ぐよりも、身体全体に行き渡るような感じで、ちょっとリフレッシュしたいときや集中したいときなどにいいかもしれないと思いました。手浴のみでも、十分気持ちが落ち着けた気がしました。』

<横井佐智子>

「手を浸していると、精油の香りと暖かさに心身共にリラックスできました。子供が風邪の時や緊張をほぐしたい時などに大変良いと思います。」

<深沢良美>

「アロマセラピー初心者の私にとって、手浴はまったくの未知の体験。おそろおそろ精油を希釈し、おっかなびっくりお湯に混ぜ、心の中で大丈夫かなと思いつつ手を入れました。手を入れた瞬間ユーカリの香りが広がり、手の先から温まってきました。お湯から手を上げた後も、すべすべ&香りが長持ちしてちょっとした貴族の気分を味わいました。幸せな時間でした。」<秋山由香>

ホーケン 実践報告

日焼けによる、左手中指のつけ根あたりがうす黒くシミになってしまったが、夜、オイルサンダルウッド、ラベンダー、フランキンセンスの精油をスィートアーモンド、アズレック、ホバなどのオイルにブレンドしたものをたっぷりシミの部分につけマッサージし、朝も椿オイルで同じようにマッサージしたところ、1ヶ月、2ヶ月、3ヶ月にはすっかり手のシミは消えています。顔のシミも薄くなってきたと思います。

山室昌美

真 正ラベンダーの精油をオイルに混ぜて両手の中でゆっくりと暖めてから子供の足をマッサージしてあげました。

学校から帰ってきた時は「ちくしゅう！」と何度も言いつながら涙ぐんでいた長男。原因を聞いても「うるさい！」と言っばかりで取り付く島がありません。友達と喧嘩をしてその悔しさに八当たりしているとは思いませんでしたが、小学6年生にもなると、今までのように直にカラッと忘れてしまっ訳にはいかない様で感情の持って行き場が見つからず、いつまでもイライラとして、家族の雰囲気まで険悪になりそつな心配。

とりあえず、暖かいミルクを飲まして気持ちを落ち着かせてから私は「さあ、ラベンダーを試してみるチャンスがきた。」と内心ではワクワクしていました。お風呂の後、テレビを見ている時を見計らってマッサージにチャレンジ。自然にキンシップが図れて私の手もじんじんになって「石二鳥でした。次の日、ああよく寝た。」と元気な声で起きた長男の姿がありました。

吉野かおる

保管の注意

子供やペットの手の届かないところに保管すること。
高温多湿を嫌うので、キャップをしっかり閉め、冷暗所に保管すること。
可燃性なので火気に注意すること。
開封後は1年をめどにする。柑橘系の精油は半年をめどにする。



取り扱いの注意

原液のまま皮膚に直接触れるような使い方をしない。かならず、植物油などで0,5%~1%濃度に希釈する。(一日の使用量は、トリートメントに使用する場合、5滴程度まで。)
例外としてラベンダー、ティートリーは、1滴綿棒につけて、スポット的に使用する場合もある。子供は、大人の半分以下の濃度にする。(3歳以下の乳幼児には使用を避ける。)
目に入らないように特に注意する。入った場合は、良く洗い流して、必要があれば医師の診察を受けること。

妊産婦、慢性病、アレルギーのある方は専門家に相談してから使用。
長期連用はしないこと。
誤って飲んだ場合は、医師の指導を受ける。



または、中毒110番で指示を受ける。0990-5-29899(9時

時間外は0990-5-02499

(参考：日本アロマテラピー協会資料、マザープランツ資料)

今秋のラベンダー精油の印象は？

Vol1でお知らせした長野駒ヶ根産の精油です。
流行る気持ちで そっと蓋を開けてみる。途端に青さと柔らかさが混じった香りが漂う。香りの方からこちらに寄り添い、様々な投げ掛けをくれたことに驚きと喜びが、非常に空間の広がりを感じる精油です。 関戸有美
皆さんの体験した精油の印象、感想もぜひお知らせ下さい。

あなたの精油・香り体験談募集します！！

商品開発改善推進事務局 秋山宛

お名前： _____ (記載：可・不可) 組合員番号： _____

