

# 2025年度 シラバス&レズンプラン

科目	アロマテラピー
学科	選択科目

講師	齋藤れいこ	
学年	2年	前期 <input type="radio"/> 後期 <input type="radio"/>

提出	25年 1月 21日	
授業の方法	講義	
講義時限数	15	
単位数	2	

<講義目的> この教科を学び、どのような力・知識が身に付くのか。

ツーリズムビジネスにおいて、アロマテラピーを活用したホスピタリティにあふれる空間を提供できる知識の習得(アロマテラピー検定1級受験対応内容)

<講義概要>

お客様のおもてなしはもちろん、スタッフの笑顔の為にもアロマのチカラが期待されています。ホテルや観光、フイタルを営むたツーリズムビジネスにおいてアロマテラピーを活用している具体的な事例を各回織り交ぜながら進めていきます。実際に精油を用いることでリラクゼーションやリフレッシュ、心地よい空間を演出できる知識の習得を目指します。実習(ハンドトリートメント・アロマ空間スプレー作成)も行い、より実践的な活用を体験、講義

- 講義  グループワーク  実技・演習  フィールドワーク  実習  
 その他( )

<授業計画全体における講義・演習・実習の割合>

講義 60 % 演習 10 % 実習 30 %

<到達目標レベル(何を、どのレベルに)>

- ホスピタリティの提供には必須となっている香りを使ったおもてなしの知識の習得と活用  
 ①ツーリズムビジネスにおいて香りの作用を理解し、具体的且つ安全に活用ができるレベル  
 ②終身資格であるアロマテラピー検定1級に対応できるレベル  
 ③自分や職場内において精油を活用したメンタルヘルスのセルフケアができるレベル

<レズンプラン(時限ごとの項目スケジュール概要)>

回	授業計画	テキスト・使用資料その他	学生PC利用
1	・本講座のオリエンテーション・アロマテラピーの定義と歴史的人物と香りの関わり・ツーリズムビジネスにおいてのアロマテラピー活用の目的と効果・活躍の場が広がるアロマテラピー	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト・ツーリズムビジネスとアロマテラピー資料	<input type="checkbox"/>
2	アロマテラピーに欠かせない精油のこと・香り成分の働きについて(殺菌作用、鎮静作用、高揚作用など)・精油3種の香り体験と学び(イランイラン精油、クラリセージ精油、グレープフルーツ精油)	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト	<input type="checkbox"/>
3	精油がもたらす様々な効果とエッセンスの抽出方法・精油3種(サプレス精油、サンダルウッド精油、ジャーマンカモミール精油)	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト	<input type="checkbox"/>
4	・ツーリズムにおける五感の中の嗅覚の役割とは?・精油の選び方・環境と精油の深い関係SDGs・精油3種(ジャスミン精油、ジュンパーベリー精油、スイートオレンジ精油)	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト	<input type="checkbox"/>
5	・精油を安全に使用するための心得・注意すべき対象者・精油の保管について・精油3種(スイートマジョラム精油、ローズゼラニウム精油、ティートリー精油)	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト	<input type="checkbox"/>
6	・アロマテラピーを安全に楽しむポイント(希釈濃度、植物油、様々な素材、用具について)・アロマテラピーを楽しむ精油3種(ネロリ精油、パチュリ精油、ブラックペッパー精油)	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト	<input type="checkbox"/>
7	アロマテラピー利用法(芳香、トリートメント、蒸気吸入法など)精油3種(フランキンセンス精油、ペパーミント精油)	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト	<input type="checkbox"/>
8	・アロマテラピー実習(ハンドトリートメント)実習では自分で精油と植物油をブレンドし、セルフハンドトリートメントの動画を参考にしながら行います。	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト ハンドトリートメントの動画	<input type="checkbox"/>
9	・精油が心身に伝わるしくみ(嗅覚、皮膚)・嗅覚と記憶の脳が直結しているメカニズムを活用したサービスやホスピタリティの提供について・精油3種(ベルガモット精油、ベンゾイン精油、ミルバ精油)	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト	<input type="checkbox"/>
10	・健康とアロマテラピー(睡眠、ストレス、女性ホルモン)・精油3種(メリッサ精油、ユーカリ精油、ラベンダー精油)	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト	<input type="checkbox"/>
11	日常の不調やお肌の悩みに役立つアロマ活用法(風邪、肩こり、冷え、不安緊張、デオドラント、肌の潤い等)・精油3種(レモン精油、レモングラス精油、ローズアブソリュート精油)	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト	<input type="checkbox"/>
12	・アロマクラフト実習(空間アロマスプレー作成)・各々が目的をもって空間を香りでも演出します	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト	<input type="checkbox"/>
13	アロマテラピーの歴史(古代から現代まで大まかな潮流を知る)・精油3種(ローズオットー精油、ローズマリー精油、ローマンカモミール精油)	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト	<input type="checkbox"/>
14	・アロマテラピーを楽しむうえで知っておきたい法律・期末試験に向けての復習	AEAJ認定アロマテラピー検定公式テキスト	<input type="checkbox"/>
15	期末試験実施	無し	<input type="checkbox"/>

<授業時間外の学習(準備学習・復習・宿題等)>

ツーリズムビジネスにおいて香りを活用した心地よさを提供しているシーンがあれば、その香りを活用する目的を想像してみてください。お客様のどのような心地よさを提供しようとしているのか考えてみましょう。

<成績評価方法・基準>

試験と評価方法	<input checked="" type="checkbox"/> 試験期間中	評価方法	<input checked="" type="checkbox"/> 筆記試験( 75 %)	<input type="checkbox"/> 小テスト( %)	<input type="checkbox"/> レポート( %)	<input checked="" type="checkbox"/> その他( %)
	<input checked="" type="checkbox"/> 講義時限内		<input type="checkbox"/> 実技試験( %)	<input checked="" type="checkbox"/> 受講態度( 10 %)	<input type="checkbox"/> 作品( %)	↳ ( 実習の取組意欲15% )

<教員紹介>

(公社)日本アロマ環境協会認定スクール代表、講師歴23年。ホテルや公共空間におけるアロマ活用法や健康や癒しに特化したサービスの実践的な知識を講義します。優しく親しみやすい先生です。