科目名 Subject	アロマテラピー Aromatherapy		教員名	青木　和美	
開講年次	2	開講時期	後期	単位	1
必修／選択	選択	授業形態	演習	時間	30
実践的教育	○				
主な学習効果	知識・技能	思考力・判断力	表現力	主体的行動力	ホスピタリティ・ コミュニケーション力
	◎	△	○	△	○
科目の概要	人は心地良い香りを嗅ぐとき、気持ちが落ち着き、リラックスしたり、意欲的になったりします。このような効果を私たちを取り巻く環境に応用しているのがアロマテラピーです。現在、このアロマテラピーは美容やサービス業、医療、福祉そして個人のホームケアなど様々な分野で取り入れられています。　ここでは、アロマスプレーやミツロウクリーム作りなどの実習を楽しみながら、実践できるアロマテラピーの基本的知識を身につけ、自らの美容や健康維持のためにそして美容・サービス業界で活用できるようにアプローチします。				
授業の目標	アロマテラピーは、ホリスティックな観点から行う自然療法です。 ①個人のリラクセーションやリフレッシュに役立てる。②美と健康を増進し、身体や精神の恒常性の維持と促進を図る。③身体や精神の不調を改善し正常な健康を取り戻す。これら３点を目的に、実習を交えながら、基本的知識を身につけ、個人の日常生活、そして美容サービスとして活用できる技術を身に付けることができる。社団法人アロマ環境協会のアロマテラピー検定１・２級試験 及び「ナチュラルビューティスタイリスト検定」に合格する能力を習得できる。 また、アロマテラピーを生かせる課題を発見し、調査・研究・発表することを通し、研究心を養い、あらゆる課題に自信を持って対応できる、プレゼンテーション能力を開発する。				
時間外学習 （予習・復習）	（１）宿題：１～10章　ワークブックの問題を解き、自分の理解度を知り、復習することにより検定試験に備えます。毎回30分くらいの復習が必要です。　（２）実習記録：実習で作った作品を使用・実践し、実習記録を作成する。トータルで120分くらいの時間が必要です。　（３）グループによる調査研究発表の課題について、調査・研究・発表資料作成・及び発表の報告書の作成。トータルで8時間以上の時間を要します。				
教科書・教材	教科書	アロマテラピー検定公式テキスト1級2級・監修亀岡弘他・ＡＥＡＪ・2019年改訂			
	教材	教員作成プリント・実習教材を適宜配布			
	使用設備・備品	実習室を使用　・ノートパソコン、プロジェクター、ＤＶＤ使用			
	参考文献	ナチュラルビューティスタイリスト検定公式テキスト・各種アロマテラピー専門書			
評価方法	１.授業態度20%　　２．課題発表40%　　３．実習リポート提出40%				
	なお、出席数が不足の場合は評価対象とはしません。				
学生へのフィードバックの方法	定期試験の要点について、掲示にて解説を行います。				
	レポートに対して、コメントを返します。				
履修上の注意	調査・研究費用が100～500円程度必要です。 検定試験は１１月に行われますが、必須ではありません（別途受験料6,480円、香りキット代等が掛ります）。				
本科目履修と関連する資格	資格名	公益社団法人アロマ環境協会　「アロマテラピー検定２級１級試験」及び「ナチュラルビューティスタイリスト検定」に合格できる程度の学力を履修します。			

授業計画			
	授業内容	到達目標	予習・復習・備考
第１回	オリエンテーション アロマテラピー概論 実習：五感に注目してみる	アロマテラピーの意味や定義を理解し、説明できる。	宿題：ワークブック1（30分程度）
第２回	アロマテラピー利用法の基礎 実習：香りのイメージレッスン	アロマテラピーを安全に利用する際の注意事項を理解し、実践できる。	宿題：ワークブック5（30分程度）
第３回	精油の基礎知識とその作用 実習：バスソルトを作る	精油の定義と精油の作用、精油の抽出方法を知る。	宿題：ワークブック3 実習記録作成（30分程度）
第４回	アロマテラピーの基材と用具の使用法 実習：アロマ重曹。	アロマテラピーを実践するために必要な基材と用具の知識を理解、的確に使用できる。	宿題：ワークブック6 実習記録（30分程度）
第５回	アロマテラピーの歴史 実習：ハンガリアンウォーターを作る。	アロマテラピーがどのように発展してきたかを知る。	宿題：ワークブック8 実習記録（30分程度）
第６回	アロマテラピーのメカニズム 実習：ミツロウクリームを作る。	精油の吸収経路を理解し、より適切な使用法を選択できるようになる。	宿題：ワークブック2 実習記録（30分程度）
第７回	精油の作用。 グループ調査研究のテーマを検討	精油の薬理作用を理解できる。 「美齢学に生かすアロマテラピー」の具体的テーマを決定し役割分担する。	★発表の為の調査・研究・試作・実験・資料作成等（発表終了までに8時間以上を要する）
第８回	アロマテラピーと地球環境 発表に向けた調査研究	植物と地球環境の関係を理解し、環境保護を提案し実践する。グループで調査研究できる。	宿題：ワークブック9（30分程度） ★
第９回	ビューティー&ヘルスⅠ 栄養・運動・休養とアロマテラピー	健康的生活習慣の基礎知識を踏まえ、いかにアロマテラピーを活用するかを考え実践できる。	宿題：ワークブック7-1（30分程度） ★
第１０回	ビューティー&ヘルスⅡ 実習：ハンドトリートメント	様々な不調を予防し、健康管理に役立つアロマテラピーをアドバイスできる。	実習及び実習記録（60分程度） ★
第１１回	ビューティー&ヘルスⅢ ライフステージとアロマテラピー 実習：トリートメントジェル	美齢学にアロマテラピーが役立つことを理解し実践できる。	実習及び実習記録（60分程度） ★
第１２回	ビューティー&ヘルスⅣ ストレスケア 調査研究発表の資料作成	ストレスケアに役立つルームフレグランスがつくれる。　発表テーマに沿った的確な資料を作れる。	宿題：ワークブック7-2（30分程度） ★
第１３回	調査研究発表	調査研究発表により、アロマの知識だけでなく、表現・プレゼンテーション能力を身につけ発表できる。	研究発表「レジュメ」又は「配布プリント」の提出★
第１４回	アロマテラピーの関連法規 研究報告とこれからの課題	関連法規を守り、安全なアロマテラピーを提供できる。学んだ事を振り返り、さらなる探究心を持つ。	宿題：ワークブック4・10（60分程度）
第１５回	総括	アロマテラピーのポイントを復習し授業内容と検定試験１級の問題を関係づけることができる。	なし