

上尾市まなびすと指導者バンク講座企画書

氏 名 高橋 和子

プログラム名	アロマで癒すルームスプレーとハンドトリートメント		回数	2 回
内容・概要	アロマティラピーの基礎とアロマオイルを使ってルームスプレー作りとハンドトリートメントの手順を学ぶ			
対象者	☐ 幼稚園 ☐ 小学生 ☒ 中学生 ☒ 青年 ☒ 一般 ☒ 高齢者 ☐ その他（ ）		定員	15 名
指導形態	☒ 実 技 ☒ 講 義 ☐ その他（ ）	専 門 度	☒ 気軽に楽しむ ☒ 一般的 ☐ やや高度 ☐ 高度	
教 材 費	☐ 不要 ☒ 要（ ）	謝 礼 (2 時間単位)	☒ 不要 ☐ 要（ ）	

【1回目の概要について】

タイトル	癒しのルームスプレー作り	
必要時間	内容	材料、持ち物
20 分	アロマティラピーについて 精油の紹介 精油について 取り扱い注意点など スプレー作り 予備	筆記用具
50 分		準備、備品 スプレーボトル・無水 アルコール・精製水・ 精油・ペーパータオル
10 分		
30 分		
10 分		

【2回目の概要について】

タイトル	癒しのアロマハンドトリートメント	
必要時間	内容	材料、持ち物
20 分	トリートメントオイルの種類・特徴 トリートメントに使う精油について トリートメントオイル作り ハンドトリートメント手順 トリートメント実習と確認	筆記用具・タオル
15 分		準備、備品 キャリーオイル・オイル ポンプ・除菌ペーパー ・ペーパータオル・ 精油
20 分		
15 分		
50 分		

【3回目の概要について】

タイトル		
必要時間	内容	材料、持ち物
		準備、備品