

# LAVARE

やっぱりアロマがいいね!

ホルモンって何だ!?





## Contents

- 05 メディカルアロマアンチエイジング研究所 最高顧問  
久保明 医学博士によるスペシャルセミナー  
《ホルモンってなんだ!?》開催レポート
- 06 北海道・関西にて メディカルアロマセミナー開催レポート  
広がりつつある **メディカルアロマの輪**
- 08 菅野千津子の誌面セミナー
- 10 久保明医博のメディカル質問教室!
- 11 アロマ業界の風を読む  
日本臨床栄養学会総会・日本臨床栄養協会総会 大連合会に出展
- 12 日本のアロマ業界に新風を巻き起こす"集い"  
一般社団法人 **日本産天然精油連絡協議会** 設立発表会
- 14 yuicaの生みの親 稲本正氏 特別講演会 開催レポート  
《**黒文字と美しく健康になる生活**》  
～もし、日本の森からクロモジが消えたなら～
- 16 《**日本産アロマの現在と未来・文化と科学**》  
～アロマの最先端についての総合講座～ 開催レポート
- 20 yuica 認定日本産精油スペシャリスト講座 受講生募集のお知らせ
- 22 三上杏平先生直伝《**キャリアオイルバイブル**》  
～キャリアオイルの特性をマスターしよう!～ セミナー開催レポート
- 24 受講生のご活躍紹介! ラヴァーレ池袋校 **中村 悦子** 様
- 26 NARD JAPAN 認定アロマ・インストラクター講座 受講生募集のお知らせ
- 27 ローズ摘み取り体験付 NARD JAPAN 山梨農場研修ツアー 参加者募集のお知らせ
- 28 菅野千津子の精油コラム
- 50 ラヴァーレ オリジナル商品のご紹介



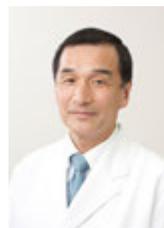
〈アロマスクール ラヴァーレ主催〉

メディカルアロマアンチエイジング研究所 最高顧問  
久保明 医学博士によるスペシャルセミナー

アロマセラピストなら知っておきたい!

### 「ホルモンってなんだ!?」開催レポート

2017年11月25日 100名を超えるお客様を迎え、メディカルアロマアンチエイジング研究所の最高顧問であり、ラヴァーレの医療顧問でもある久保明医学博士の特別講座が実施されました!



久保明 医学博士  
メディカルアロマ アンチエイジング研究所 最高顧問

医療法人財団 百葉の会 銀座医院 院長補佐・抗加齢センター長／常葉大学健康科学部 学部長・教授／東海大学医学部 客員教授／前 厚生労働省 薬事・食品衛生審議会専門委員／新潟薬科大学客員教授 内分泌・糖尿病専門医／日本抗加齢医学会評議員／日本総合健診学会審議員／日本臨床栄養協会理事

**LAVARE**

やっぱりアロマがいいね!

ラヴァーレ通信 第41号  
2018年4月発行  
発行：ラヴァーレスクール事務局

# ホルモンって...



どんな役割？

どこから出るの？

どうやって運ばれるの？



「甲状腺はここ！」ご自身の体で体感して理解を深める。そんなシーンもセミナーの随所で見られました。



**ホルモンについて明確に  
正しく解説できる能力が必要**

アロマセラピストは、お客様の身体の悩みや変化について聞かれることが、たくさんあります。そのために是非とも身につけておきたいのが、ホルモンの知識です。明確に正しく、解説できる能力が私たちアロマセラピストには、必須ではないでしょうか？

ホルモンって、どこから出るの？ どうやって運ばれて、どんな働きをするの？ 女性ホルモンが減少する？ 甲状腺ホルモンの分泌が多い？ ホルモンに関する症状と解決方法は？

改めて、ホルモンについて考えてみるとわからないことがたくさんあります。

そんな疑問を解決するために開催された、この講座。お申し込みの受付開始後、すぐに満席となりキャンセル待ち発生です。みなさんの期待度が伺えます。

**特別に ...  
配布資料の一部を公開！**



当日配布のスライド資料より抜粋

女性ホルモンの対策や対応について特化したアロマや、久保先生の講座を考える必要があるかと実感しました。誰でも必ず迎える更年期。できるだけ健やかに過ごせるようにアロマを役立てていきたいですね。

講座終了後、生徒様からホルモン療法について女性ホルモンの検査について質問がひっきりなしでした。もちろん久保先生および銀座医院をご紹介させていただきました。

この講座をきっかけに、ご自身のエイジングについてご興味をお持ちいただけたと、講師の久保先生ともども、とてもうれしく思いました。

さあ、アロマで何が出来るか！  
これからが私たちアロマセラピストのお仕事です！

**予定時間を大幅にオーバー  
白熱したセミナー**

普段聞き慣れない専門用語や医療用語などもたくさん登場しました。しかし、久保先生のお人柄が滲み出るような明るく、楽しい解説の連続で、受講生の皆様も、前のめりで集中されていました。

質問時間を含めて2時間の予定でしたが、時間は大幅に過ぎてしまいました。しかし、まだまだみなさんの熱気は治りません。

久保先生が質問する方のプライバシーを尊重して、撮影を止めたのち質疑応答の時間に突入すると、それだけで約1時間。本当に白熱のセミナーでした。受講生の方々の並々ならない熱意を感じます。

もし、途中で切らなければ、一体いつ終わるのか検討がつかないほど、質問の数が上がりました。今回の受講された皆さんは、女性ホルモンのことについて熱心な方々が多かったようです。





2017年6月14日  
第17回 日本抗加齢医学会総会にて  
研究結果が学術



項目	前年度	今年度	変化率	注
年齢別	38.6	—	—	—
性別	1724/1793	1753/1693	30.8	0.754
内閣府調べ	24.0/15.4	24.7/15.6	-1.1	0.694
厚生労働省調べ	148.2/489.2	136.2/473.7	-13.1	0.182
医療機関	4.0/3.1	8.1/5.9	3.1	0.629

2017年  
[10月21日 Sat.]

### 北海道・札幌の アイデアアロマスクール様へ!

札幌のアイデアアロマスクール様にお招きいただき  
《メディカルアロマとアンチエイジング～アロマセラピストの未来に向けて～》の講演をさせて頂きました。

# 広がりつつある メディカルアロマの輪

注目度が日々上昇しているメディカルアロマ。メディカルアロマの輪を広げるべくラヴァーレ主宰の菅野千津子が関西・北海道にて、セミナーを開催! 北海道・関西で「MAA認定メディカルアロマ プラクティショナー講座」が続々と開講されています!! 日本全国に広がるよう精力的に活動していきます!

約2ヶ月間  
2017年  
[10月&11月]  
2ヶ月にわたり、キャラアロマテラピースクール様へ!

関西のナンバーワンアロマスクール キャラアロマテラピースクール様にて、メディカルアロマの講座を実施! 受講対象者は下川路さやかさんをはじめとするキャラ講師陣の皆さん。肩書が立派な先生ばかりのキャラアロマテラピースクールさん。このメンバーに講座を実施させて頂くのは、とても敷居が高く感じましたが、お招きいただいたことに感謝し、緊張しながら講座をさせて頂きました。

いよいよ関西でも!! 開講決定です!  
MAA認定 メディカルアロマ プラクティショナー講座

## 北海道にて、メディカルアロマの講演を開催!

「こんな場合は、どんなふうにアロマを活かせるか?」  
という質問がたくさんありました。私は、お客様の質問に改めてハッとさせられました。

そうですね「日常的にアロマを有効活用する」というところから、アロマってスタートすることが多いですね。

そして、私たちはその目の前にいる人の日常にどれだけ寄り添って真剣に話を聞

私自身がアロマを始めたきっかけから始まり、これからのアロマセラピストに必要なスキルや、知識について「日本抗加齢学会」にて学会発表された内容について、医療機関との提携、臨床を重ねることの重要性、そしてアロマセラピーの結果・効果を数値化していくことに、本腰を入れて取り組んでいる理由。それがアロマセラピストの未来につながって欲しいと思う願い。そんなお話を約1時間させて頂きました。

講演会にお越しいただいた皆様から頂いた質問は、メディカルアロマや精油についての質問よりもケースバイケースの質問が多く

「私も自分自身の体で、このアロマメディカルチェックを受けた!」とおっしゃって下さったことです。

生徒様に伝える事を、まずは自分自身で体験したいという思いがヒシヒンと伝わってきました。できる事なら、私も受けて頂きたいと強く思いました。

終始、熱気と活気と少しの笑いで2か月間の講座修了。

そして、2018年春からキャラアロマテラピースクール様でもMAA認定メディカルアロマプラクティショナー講座がスタートします。メディカルアロマの輪が広がっています。

関西の皆様、お待たせいたしました!

介護施設で働いている方、すでに北海道でアロマスクールを運営している方、アロマサロンを自宅で開いている方、これからアロマを勉強してみようと思っ

いて、どうやってアロマが活用できるかご提案できないとダメですね。

講演をさせて頂きながら、改めて受講していただいた皆様に基本に戻らせていただくきっかけを頂きました。アイデアアロマスクールの皆さん、受講生の皆さん、本当にありがとうございました。

## キャラ講師陣のクオリティの高さ・熱心さ・積極性に圧倒



最初に、私がアロマを始めたきっかけからお話を始めます。これから30時間以上お付き合いいただくのですから、講座の前に私自身を知っていただくことから始めました。

そして、キャラ様の講師陣の皆様にも自己紹介をして頂きながら、いくつか質問をさせて頂きます。

「好きな精油はなんですか?」  
「初めてアロマを始めたきっかけは?」  
話を聞いたり、答えたりしているうちに、だんだんと学びの場が和んできます。

学び始めると、さすがに講師陣レベル。質問のクオリティの高さ、熱心さ、積極性に圧倒されました。

何よりも印象に残ったのは、受講してくださった講師陣の皆さんが

CaRA  
Aromatherapy School  
キャラアロマテラピースクール  
アロマ初心者からアロマセラピスト、リフレクソジストをめざす方のためのスクール。大阪梅田本校・神戸三宮校・姫路駅前校の3拠点でスクールを運営。関西最大手のアロマスクールです。ラヴァーレとの親交もとても深く、企業間・講師間でアロマの知識・技術のブラッシュアップを定期的に行っています。  
<https://cara-club.com/>



アイデアアロマスクール  
アロマを生活に取り入れる事からメディカルアロマセラピスト・リンパドレナージュセラピストを育てる多彩な講座を開講。MAA講座の研修などを通してラヴァーレとは深い関係を持つ。北海道の中心、札幌に拠点を構えるアロマスクール。  
<http://idea-aroma-school.com/>



## メディカルアロマを考える

または、病気ではないのですが日々の不調感に悩まされている人のご相談も多く受けます。原因不明の頭痛やホルモンバランスの不調など、からだと心の狭間

が少なくありません。

しかし、アロマセラピーに興味を持たれるクライアント様は健康でないが故にアロマセラピーに興味を持ったという方が少なくありません。

数値を見ていくと、今までのアロマの世界とはまた違った角度から、アロマを知ることできるようになったと、強く感じています。

今後、メディカルアロマの位置づけは単にリラクゼーションでのアロマではなく、一つ踏み込んだアドバイスやケアをするための知識なのではないかと感じています。もちろん、医療行為や治療はセラピストのフィールドではありません。

しかし、頭痛やホルモンバランスでも原因は様々なのです。ですから、その部分についての知識を持っているセラピストが選ぶ精油は、もしかしたら、今までは全く別の精油が出てくる可能性があるのではないかと感じているのです。

どこまでわかってクライアント様に関われるのか？深い部分のアドバイスができる知識を身につけるこそがメディカルアロマの目指すところではないかと思えます。そのためにも日々新しいアロマセラピーの数値や、データを今後も構築してまいりたいと考えています。

菅野千津子

## Aroma Therapy Mini Seminar

### 菅野千津子の誌面セミナー 第3回



卒業生様、在校生様はアロマを学び、現在もさまざまなシーンでアロマを生かしているらっしゃるお話を伺います。学んだ知識と技術を役立てていただけていることを、とてもうれしく思っています。このラヴァーレ通信の場で、アロマについてさまざまな角度から少しお話させていただきます。ご一読いただければ幸いです。



READ THE *aroma's* WIND



2017年10月13日(金)～15日(日) 幕張メッセ 国際会議場にて

第39回 日本臨床栄養学会総会  
第38回 日本臨床栄養協会総会  
第15回 大連合大会



【アロマスクール ラヴァーレ ブース出展いたしました】

私たちアロマスクールが、ブースを出展しても親和性は低いかなと悲観しておりましたが…

私たちがアロマスクールが、ブースを出展しても親和性は低いかなと悲観しておりましたが…

開催されるさまざまな講演会・シンポジウム・パネルディスカッションは、医療の現場で働く最前線の方たちの真摯な取り組みばかり。

そして、ご来場される方々は、その情報と知識を獲得する高い意識を持つ人たちがばかり。

日本臨床栄養協会総会の会長は、ラヴァーレが主催するメディカルアロマアンチエイジング研究所の名譽顧問 久保明医学博士です。また、この総会ではアロマスクールラヴァーレの医療顧問である湖山医療福祉グループ医療法人財団 百葉の会 銀座医院院長の竹田義彦先生も、ランチョンセミナーを開催されました。

医療現場の方達にも、強い興味を持っていただいていることが実感できるブース出展でした。アロマが医療の現場で活躍する日が近いかもしれません。

『どうやってアロマの知識を得たらよいかしら？』

『アロマが何かに生かせるんじゃないかと思っていた。』

なぜかブースには、人だかりができました。何かプレゼントするわけでもなく、何か試供品があるわけでもありません。

久保明 医博の  
メディカル質問教室！



久保明 医学博士  
メディカルアロマアンチエイジング研究所 最高顧問

抗加齢医学の第一人者。1979年に慶應義塾大学医学部卒業のち、米国ワシントン州立大学医学部動脈硬化研究部門に留学。帰国後、一貫して予防医学とアンチエイジング医学に取り組む。「高輪メディカルクリニック」を設立し16年間院長を務め、現在は医療法人財団 百葉の会 銀座医院などで診療を行う。人の老化度を科学的に測るエイジングドックを開発し、銀座医院では「プレミアムドック」を立ち上げ、その結果に基づく運動・栄養・点滴療法などを実践している。また、サプリメントやスポーツ医学の世界最先端の情報と実践を駆使した講演や企業のアドバイザーとしても活動。老化や抗加齢についての有名著書多数。

Q1

嗅覚のはたらきと  
エイジングについて教えてください。

A1

ものの臭いを認識する嗅覚は、鼻腔内の嗅覚領域(上鼻甲介の内側とそれに対応する鼻腔500mm<sup>2</sup>の領域)に存在しています。

嗅細胞の細胞膜上には受容体があり、ここに臭いもの(化学物質)が結合すると電気信号が発生し、これが嗅覚受容器、嗅球、嗅皮質へと伝わり、臭いとして認識されます。

嗅覚障害を起こす最大の原因は鼻腔の炎症ですが、エイジングも嗅覚障害をもたらすひとつの原因になっています。嗅細胞や嗅球に加齢による変性が起き、臭いに対する反応が鈍くなるためです。また、アルツハイマー型認知症のように、中枢神経側に問題がある疾患がある場合でも、嗅覚障害を合併することがあります。

嗅覚は味覚とも関連性が深く、嗅覚障害を起こして臭い分不清なくなると、食べものの味も分からなくなることがあります。嗅覚障害が原因で味覚障害を起こし、それが食欲不振や塩分、糖分の過剰摂取などにつながるケースも見られます。

Q2

最近、よく耳にする  
GI値ってなんですか？

A2

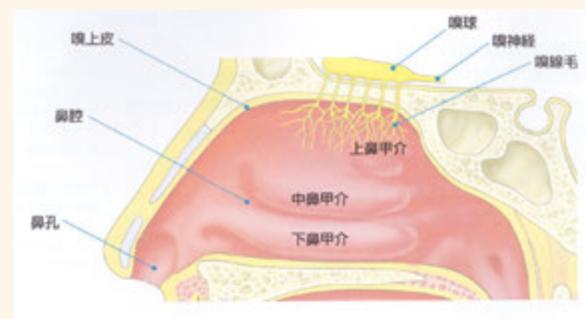
GI値とは、グリセミックインデックス値のこと。食べ物が胃や腸で消化され、血液中にブドウ糖として取り込まれるまでの時間を、ブドウ糖を摂取した状態を100として比較したもの。このGIの値が高いと血糖値が上がりやすく、低いと血糖値が上がりにくいとされています。

グリセミックインデックスとは50gの食べ物における血糖曲線を示したものです。このグリセミックインデックスに対し、グリセミックロードとは1日あたりの必要量でとれくらい上がりやすいかを示したものです。

グリセミックインデックスとグリセミックロードでは、血糖値の上がり具合がまったく違い、グリセミックインデックスの方が数値が大きくなっています。

これは食べものの中のブドウ糖だけにスポットを当てており、吸収を緩やかにする食物繊維をはじめとする、ほかの栄養素が考慮されていないためだと考えられます。

このことから食べもののほかの栄養素も考慮に入れ、総量から血糖曲線を出したグリセミックロードを利用したほうが良いのではといった考え方も出ています。



食品	グリセミックインデックス	グリセミックロード
ブドウ糖	100	-
コーンフレーク	92	24
焼きいも	85	26
米	64	23
白パン	70	10
コカ・コーラ	63	16
混合パン	52	10
ニンジン	47	3
スパゲッティ	41	20
りんご	40	6
レンズ豆	29	5
ピーナッツ	13	1



1: 理事長 津野田勲氏 2: 副理事長 中村桂子氏 3: 専務理事 稲本正氏 4: ラヴァール主宰 菅野千津子  
アロマスクール代表として、ラヴァール主宰 菅野千津子も招待を受けスピーチをさせていただきました。

日本の香りが人をつなぎ、世界をつなぎ！

2017年11月1日、アルカディア市ヶ谷で一般社団法人 日本産天然精油連絡協議会の設立発表会が開かれた。早口言葉のような長い名称は、略して「J-NEOA(Japan Natural Essential Oils Association)」。

理事長は、フレグランスジャーナル社を1973年に設立され、現在、顧問の津野田勲氏。副理事長は、中村桂子氏(JT生命誌研究館館長)と稲垣隆司氏(岐阜薬科大学学長)。専務理事は、正プラス株式会社代表、オークヴィレッジ創始者の稲本正氏。

10名に及ぶ理事、監事として、谷田貝光克氏、荒川秀俊氏をはじめとし、有機化学、生物科学、精油製造・分析研究、メディカルアロマセラピー、日本全国の天然精油製造販売や研究に尽力されている様々な分野のオーソリティーが集まった。

豪華な顔ぶれが一堂に会する、千載一遇の場に立ち会えたことは、貴重な経験となった。

## 日本のアロマ業界に新風を巻き起こす "集い" 一般社団法人 日本産天然精油連絡協議会 設立発表会

日本はかつてアロマ(精油)大国だった。その代表的な日本産精油が、日本薄荷(ハッカ)と樟脳だ。日本薄荷は、備後(広島県東部)から備中、備前へ伝わり、三備薄荷と呼ばれるようになる。その後、新潟、千葉、神奈川、愛知、山形、北海道へと伝わり、北見薄荷が生まれた。1939年頃は、日本薄荷が世界市場の8割を占めていたそうだ。第二次大戦後、メントールの合成化などの影響で、天然薄荷は衰退の一途をたどる。

日本は北海道から沖縄まで細長い列島で、亜寒帯から亜熱帯まで温帯性気候でつながっている。生態系に富んだ日本は、天然精油の宝庫なのだ。ここに日本の香り文化のポテンシャルがある。最近、和精油の人気が高まっている。とはいえ、日本において精油は雑貨扱いで、品質や安全性が不明瞭なものも存在する。成分分析や効能に関するエビデンスも十分とは言えない。そんな現状を打開するために、約2年の協議を重ね、満を持して設立されたのが、J-NEOAなのだ。

J-NEOAは、どんな活動をするのか？ キーワードは、日本産天然精油の「国際水準の品質確保」だ。明確なトレーサビリティと、統一した成分分析の徹底により、

国際水準の品質と安全性を確保する。確かな品質保証により信頼性が向上し、医療、環境、美容など、多様な分野でのさらなる応用や研究が可能となる。また、各地の生産者間をつなぐことで、地方創生に沿ったアロマ産業の振興と発展に結びつく。さらに、日本がアジアの中核となり、アジア諸国と連携し、天然精油の開発を促進し交流を深めていく。日本が扇の要となり、日本からアジアへ、そして世界へ、香り文化をつないでいく。

私も正会員の一人として承認いただいた。社団法人の会員は株式会社社員と同じ意味合いを持つ。壮大な理念のもと、一人ひとりの会員が能動的に関わることで、小さな流れが大きな潮流になっていく。

理事長津野田氏を中心に、中村桂子氏、稲垣隆司氏、稲本氏をはじめとするインベーターが行動を開始された。次に続くアーリーアダプターとして、活動の一翼を担えたら幸いだ。

【寄稿】ラヴァール銀座校 在校生  
平塚玲子様



一般社団法人 日本産天然精油連絡協議会  
Japan Natural Essential Oils Association

【お問い合わせ】  
日本産天然精油連絡協議会 事務局 担当: 兼子(正プラス株式会社)  
所在地: 〒162-0837 東京都新宿区納戸町3 グランドPモナコビル2F  
(香りの健康ライブラリー内)  
電話: 03-3423-7156 (平日 11:00~15:00)  
E-mail: contact@j-neoa.jp  
<https://j-neoa.or.jp>

# 黒文字と美しく 健康になる生活

～もし、日本の森からクロモジが消えたなら～

2017年9月9日(土)  
yuica 生みの親、稲本正先生の講演会を行いました。  
講座タイトルは「黒文字(クロモジ)と美しく健康になる生活～もし、日本の森からクロモジが消えたなら～」。  
お申し込み開始からあっという間に満席(定員100名)になってしまった本講座。秋晴れ快晴の天気にも恵まれ、待ちきれないとおばかりに開演前の早いお時間から多くの方にお集まりいただきました。



日本産精油 yuica の生みの親、稲本先生から直接お話を聞けるまたとない機会とあって、皆さんのワクワク感が感じられる中、講演会がスタート。

講座がはじまってみると、クロモジのお話だけにとどまらず、ヒトの脳について大脳辺縁系の働きや香りの影響について、原子の話や宇宙の話、人と植物の結びつき、葉っぱは何故緑なの?、これからの日本産精油の話など、稲本先生のお話にドンドン引き込まれていって、皆さん大きく頷いたり、メモを取ったり、写真を撮ったり、大忙しのご様子。

中でも、クロモジ精油を使った美容についてのお話の時は、皆さんから「すご〜い! うわ〜!!」と、大きな声が漏れていました(笑)。

途中には、産地によって違うクロモジの枝を実際に嗅ぐお時間も。枝を擦って

**「すご〜い! うわ〜!!」と大きな声が漏れていました!**

みると、何とも言えない、あのクロモジのいい香りが…。  
「いい香り〜!ほんとに匂いがする!」と、驚きの声があちこちから上がっていました!

最後は恒例(?! )の稲本先生のサイン会です。皆さん本を片手に長〜い列を作ってお待ちいただき、稲本先生と直接お話されたり、記念撮影をしたりと楽しんでいただくことができました。

ご参加いただきました皆さま、お忙しい中、本当にありがとうございました!そして、今回やむなくご参加いただけなかった皆さま、また、キャンセル待ちをして下さったのに残念ながら参加できなかった皆さま、ぜひ次回のご参加お待ちしております!

次回の講演会は、参加希望者の皆さんにご対応できる規模で実施する予定です!



# 日本産アロマの現在と未来・文化と化学 ～アロマの最先端についての総合講座～のご報告

当日は、山手線が止まるアクシデントなどに見舞われながらも120名以上の方々が越えただく大盛況の講座となりました。



y u i c a 代表の稲本先生による  
y u i c a の研究成果などのご報告、  
y u i c a スペシャリストの方が他の  
ワークショップや、スクール運営、サ  
ロン運営などの活動発表。

そして、アロマスクールラヴァール  
代表、菅野千津子のメディカルアロマ、  
アンチエイジングの研究結果の発表  
また、精神医学、脳科学の古賀良彦先  
生による「日本産アロマと脳波の変化」  
についての研究発表、そして稲本先生  
と古賀先生との対談など、盛りだくさ  
んの内容でした。

稲本先生の開会のご挨拶、そして今  
までの日本産アロマに関する研究や商  
品開発などについてのご報告からス  
タートしました。



西洋精油との違いを  
調べるのも  
これが今の楽しみです!

**日本産精油 y u i c a を使用した  
メディカルアロマアンチエイジングの  
結果報告をさせていただきます!**

トップバッターはラヴァール代表菅野千津子による、メディカルアロマアンチエイジング検査結果(日本産精油 y u i c a 使用) 報告でした。

2017年6月の日本抗加齢学会で発表された内容を基に、若返りホルモンと呼ばれるDHEA-S、内臓脂肪、皮下脂肪、自律神経について3か月12回のアロマセラピートリートメント施術の前後でどのように変化したかを発表いたしました。

DHEA-S、皮下脂肪の減少、自律神経について有効な結果が生まれています。発表を聞いていて興味を湧いたのは、西洋の精油で皮下脂肪が減少した場合、DHEA-Sが減っている傾向が強かったのですが、日本産精油を使用した場合は、皮下脂肪が減っていてもDHEA-Sが増加していることでした。何がどう影響したのか? これからの面白い課題だと話していました。



メディカルアロマアンチエイジング検査結果【日本産精油 yuica 使用】

N=5	DHEA-S (ng/ml)		内臓脂肪 (cm)		皮下脂肪 (cm)		自律神経	
	1回目	2回目	1回目	2回目	1回目	2回目	1回目	2回目
F.Ym (42a)	1087	1587	11.88	26.88	61.32	69.55	0.0	8.5
M.Hm (39a)	1761	1763	7.5	15.91	75.37	109.69	9.5	7.5
S.Sm (33a)	1505	1779	21.26	15.69	125.72	95.45	1.0	10.0
N.Hm (31a)	1559	1668	21.8	15.84	71.87	55.68	5.5	5.5
O.Am (36a)	1121	1397	13.95	13.24	87.91	79.84	7.5	7.5

**DHEA-S 増加率 100%**   
 **内臓脂肪 改善 60%**   
 **皮下脂肪 改善 60%**   
 **自律神経 改善率 80%** (5.5以上の改善率)



## 香りと脳 ～日本の森の香りの精神生理学～

杏林大学名誉教授・精神科医

古賀良彦 先生

yuica 生みの親

稲本正 代表

対 談



その後、稲本先生、古賀先生の座談会と進むのですが、惜しくもタイムアップ！もう少しお二人のお話を聞いていたと思うところで時間が来てしまいました。

その後、稲本先生、古賀先生の座談会と進むのですが、惜しくもタイムアップ！もう少しお二人のお話を聞いていたと思うところで時間が来てしまいました。

古賀先生からは、「日本産アロマの香りを嗅ぐことによって、脳の状態がどのように変化するか？」について発表がありました。

15年前前だと思いますが、古賀先生がラベンダーとレモンの精油を嗅いだ時のα波の変化などを発表した際から、古賀先生のテレビ出演や著書は楽しみにしております。今回もどんな発表があるか楽しみでした。

今回、クロモジとニオイコブシの香りを嗅いでいただいた8例ほどの脳波測定データを解析した内容を発表いただきました。きつと、今後症例数を増やして、更なる面白いデータが日本産精油について出てくるんだろうなと感じました。

その後、稲本先生、古賀先生の座談会と進むのですが、惜しくもタイムアップ！もう少しお二人のお話を聞いていたと思うところで時間が来てしまいました。

今後もこんな機会があったら、絶対ラヴァーレの生徒様に聞いてほしい！という盛りだくさんの内容。そして、またたくさんのラヴァーレ卒業生さんが、活動報告して頂けたら本当に感動です。

とても有意義な一日でした。関係者の皆さん、参観して下さった皆様。本当にありがとうございます。また、来年もラヴァーレ生徒様のご活躍の発表を聞けることを心から願って、毎日の授業に取り組みます！

【寄稿】ラヴァーレ横浜校講師 竹内砂織

好きなことをしている人って、やっぱり素敵！

## 「yuicaスペシャリスト」活動報告！

今回のイベントで何よりもうれしかったのは、ラヴァーレ卒業生のyuicaスペシャリストである

高橋久美子先生、島崎尚美先生のお二人による活動報告。

こんな機会を与えてくださった正プラス株式会社さまに心から感謝です。



ラヴァーレ横浜校 卒業

高橋 久美子 先生

### 手作り!? クロモジの小柴垣

「アロマセラピーサロン&スクール Kukuna」を神奈川県で主宰されている高橋先生。

yuica日本産精油の中でも、人気の高いクロモジ精油の原料となるクロモジの木で、古くより儀式などにも使われてきた「クロモジの小柴垣」をクラフト化して皆さんに見せていました。

日本産精油に対する思いが伝わるお話でした。その小柴垣を使って、高橋さんが生徒様に授業をしている写真なども発表されましたが、ワクワク感が伝わり「ああ、本当にいい授業しているな！」と尊敬し、また参考になりました。

最初は、ちょっと緊張した様子もありましたが、好きなクロモジのお話をし始めてからは自信に満ちた、立派な発表でした。本当に嬉しかったです。



ラヴァーレ銀座校 卒業

島崎 尚美 先生

### 優しさ溢れる心配り

ラヴァーレ卒業生 島崎尚美先生は「アロマセラピーサロン・クリアスカイ」を都内で主宰されています。

生まれも育ちも葛飾柴又の島崎さんは、最初写真で寅さんの写真を登場させ、聴衆の笑いを誘います。

「うんうん、島崎さんらしい、相手を和らげる心配りだなあ。」と感じながら、発表を聞きました。今回は「サロンワークにおけるyuicaの効果」をテーマに、実際に島崎さんのサロンにお越しいただいているお客様がビデオ出演。

アロマトリートメントの心地よさ、日本産精油の素晴らしさ、そして島崎さんのお人柄を高く評価してくれて、心から嬉しく思う内容でした。



卒業生のお二人が、生き生きとした活動を堂々と発表している姿に感動



枝に文字が書いてあるように見えることから名付けられた『クロモジ』

## yuica認定 日本産精油スペシャリスト講座

●日程：2018年 5月19日(土)・20日(日) **残席僅か!**  
●募集定員：10名様 ●受講費用：432,000円(税込)

yuicaの本拠地・高山で1泊2日の合宿研修。スペシャリスト認定式も行います。前回お断りせざる得なかった生徒様、インタープリター講座を受講中の皆様、ぜひこの機会にご参加ください！お申込み・お問合わせは裏表紙記載の各店にお電話を。

※受講料金、教材費、認定校加盟料がすべて含まれます。\*高山までの交通費、宿泊代は各自ご負担をお願いいたします。\*お支払いは、現金一括・分割払い・クレジット払いなどがございます。



森の案内人：北川先生の森研修では、実際に森に入って生育地の特徴を学びます

### 行ってよかった! 為になった! 今後に役立つ! 受講生から大絶賛の声!!

- \* yuica日本産アロマがもっと日本でも周知されて欲しいと強く思いました。日本産アロマは誇れるものだと思います。
- \* 高山の森に入り、自然の中になると浄化される気持ちになりました。環境を守る大切さ、それを伝える大切さも学ぶことができました。
- \* 精油の原材料に実際に触れて、1滴をより一層大切に思う気持ちになりました。
- \* 稲本先生と直接お話しする機会を設けていただき、とても実りある講座でした。
- \* 森の中で稲本先生のお話を伺っていた時、なんとカモシカが通り過ぎました。一瞬でしたが、嬉しかったです!

**銀座校 おおき様**  
アロマに関心を持ちスクールに通い始めて、ぜひアロマに携わる仕事をしたいと考えているようになりました。

**銀座校 せきね様**  
高山研修を終えて、yuicaの商品を多くの人に周知したい・使い方や利用の仕方等も伝えていきたい、ぜひyuica商品も多くの人に使って欲しい、yuicaのオイルや精油を使ってセラピストとして活動を広げたい、セミナー等に参加したり、本を読んだりして知識を高めたい、等々と思うことが多々ありました。

時は、積極的に参加して活かしていくつもりです。



貴重体験! 残渣で足浴



スペシャリストだけが見学できる蒸留所



笑いが止まらない! 北川先生の楽しい授業

# yuica認定 日本産精油スペシャリスト講座

## 5月に開講決定! 受講生大募集中!!

次回の5月開講で、第7回目を迎えるyuica認定最上位資格スペシャリスト講座。初回からすぐに満席となる大人気の講座ですが、今ならまだ間に合うんです!



稲本代表による座学講座

想像してみてください。5月の新緑あふれる山中で、皆様は大好きなアロマの研修に参加していただいています。

そよ風の音、樹木の香りの中、稲本代表を囲んで講座が行われます。

高山山中の森林研修では、森のスペシャリストである北川さんによる、森の中での授業。

森本レオそっくりの声で、木々の名前の由来・山の植物の活用の仕方など、面白おかしく笑いの絶えない時間を演出しながら、たっぷり教えてくださいます。

森林研修が終わると、今となっては決して一般の方々に公開することのない高山山中の工場を見学。  
ニオイコブシやクロモジの蒸留を直に見て体で感じることで、トレーサビリティの実際を見学します。

その後、少し歩き疲れた皆様のために足浴のサービスが待っています。お湯や温泉に入るわけではありませんよ。なんと、蒸留が終わったばかりのニオイコブシやクロモジの残渣に足を入れてゆっくりにくつろいでいただきます。

講座修了後には夜空を見上げてください。星に手が届きそうです!

いかがでしょうか?

yuicaワールドに浸る贅沢な2日間を体験してみましよう!

そして、この機会に日本産アロマセラピストとしての頂点を目指してみませんか?

キーワードは

# 「プロスタグランジン」

悪天候にもかかわらず、約50名の熱心な生徒様に囲まれ、講座スタート。

アロマセラピーを学んでいる方でも、キャリアオイルについて深く学んでいる方は、あまり多くはありません。アロマセラピーでは精油とともに欠かせない存在のキャリアオイル。精油の何十倍もの量を使用するのに、しっかりとした知識を学ぶ機会も少ないのです。

精油の勉強をたくさんして、良い精油を選ぶ知識が身につけて、巧みなブレンドを選択できても、キャリアオイル選びを間違えてしまったら台無しです。

今日のキーワードは「プロスタグランジン」。3系6系の脂肪酸が代謝され、プロスタグランジン(PG)、トロンキボサン(TX)、ロイコトリエン(LT)に、3分類され、局所ホルモン様物質になる。PG、TXともに、シクロオキシギナーゼ(COX1,2)で代謝され、LTは5-リポキ

シゲナーゼで代謝され、それぞれ機能性物質になり大きな影響を与える。

さて、どんな影響でしょう。受講された生徒様たちのペンが走ります。

キャリアオイルの成分、機能性など基礎的なことは、もちろん。ここでしかない聞けないお話も…。やっぱライブの講座は、カットされる部分がないから勉強になるし、楽しいですね。

近い将来、ブームが来そうなアルニカオイルについても…。アスリート向けにアロマを活用している人には必須アイテムになるかな。

2017年11月18日  
(ラヴァーレ主催)

三上杏平先生 **直伝**



## キャリアオイルバイブル ～キャリアオイルの特性をマスターしよう!～



打撲、捻挫、骨折などに有効とのこと。アロマのブレンドを工夫すれば最強のアロマトリートメントオイルが作れるのでは!!  
新しい発見がたくさんあった。受講された皆様、ありがとうございました!

講座終了後、生徒様からはキャリアオイルについて体系的に学びたい!また企画してほしいなど。たくさんのご要望を頂きました。生徒様の要望に応えることができるよう、頑張ります!





**キャトルポワン**  
 東京都渋谷区恵比寿 4-5-28 恵比寿ガーデン 502  
 受付時間 11:00~20:00 (不定休)  
 電話 03-6277-4435  
 Web www.qp4.jp

ラヴァーレ池袋校

## 中村悦子様

サロン経営 <アロマエステサロン Quatre Point キャトルポワン>

ーアロマセラピーに興味を持ったきっかけは？

最初のきっかけは、女性特有の更年期の症状にアロマセラピーが良いと、何かで聞いたのがキッカケでした。

ーアロマセラピーを学んでみて

自分が持っていた知識以上、思っていた以上の奥深さに感動しました。この幸福感を私自身もたくさんの方々に伝えていきたいと思いました。

ーラヴァーレで学ぼうと決めた理由

メディカルアロマの講座を受講したかったためです。

ーラヴァーレ学んだことはどのように役立っていますか？

アロマセラピーの奥深さ、素晴らしさをたくさんの方々に伝えていきたいという思いが強くなり、サロンをオープンすることができました。

ーサロンオープンまでの道のり

会社設立して8か月間かけて準備をし、アロマとエステのサロンをオープンする

ことができました。取扱商品もスタッフと何度も話し合いを行い、みんなが納得のいくサロンにしていきたいと今現在も考えております！

ーサロンをやっている(お客様に接して)嬉しかったこと

ラヴァーレさんの商品を自分自身も使用し、勉強してその効果をお客様にお伝えし、一度購入していただいただけではなく、リピートしてくださった時、最高に嬉しかったです。皮膚科に通院しなくて良くなったと感動していただいたこと。本当に嬉しかったです。

ーサロンを行う上での苦勞

自分の思い描くサロンを見つげるために物件探しに大変苦労しました。立地はもうろんのこと、間取りなども…。

ーQuatre Pointというサロン名へ込めたい思いは？

キャトルポワンは4つの点という意味になります。アロマ・エステ・ランジェリー・そして私達。いくつになっても人生・女性・自分自身を前向きに楽しんでいく気持ち

を忘れないでもらいたい。そういう思いを込めて…。

ー今後の目標、今ラヴァーレで学んでいる方々へメッセージを頂けますか？

こよなく愛しているハーブウォーターをたくさんの方に広げていきたい。ラヴァーレで学べたことに変感謝しております。たとえ資格を取得したとしてもそれで終わりではありません。一緒に日々学んでいきましよう！

### 取材後記

取材して一番感じたことは、中村さん、大井さん、スタッフの皆さんの底抜けの明るさ。できることなら、もう少しここにいたいなあ、そんな風に思わせていただく空間でした。インタビューでは、サロンの物件探しに苦労されたと答えて頂きましたが、この方たちなら、どんな物件でもこの底抜けに明るい雰囲気を出してくれるんだろうなと感じました。やはり、大切なのは「人」ですね！是非一度、エネルギーチャージに足をお運びくださいね！

今回取材させていただいたキャトルポワンさんのオーナー中村さん。3月に別ブランドの店舗「Rosier ロジエ」を恵比寿にOPEN！これからますますのご活躍に期待が膨らみます！



2018年6月9日(土)

## ローズ摘み取り体験付 NARD JAPAN 山梨農場研修ツアー 今年も開催します!!

農場も貸し切り・バスもチャーターでゆったり安心のツアー



ラヴァーレ  
会員限定  
貸切!!

### 見渡す限り ローズ ローズ ローズ!

6月のNARD山梨農場は、辺り一面ローズでいっぱい!

香りを楽しみ、おいしい空気を吸い、景色を楽しみながら、真剣にローズを摘み取ります。そして、その摘み取ったローズが蒸留され精油になるのです。もちろん蒸留所見学もありますよ。百聞は一見に如かず。ぜひぜひ皆様ご参加ください!

ラヴァーレ会員様限定のツアーですが、会員様はお友達を誘ってのご参加もOK!



しかも、6月はローズだけでなく、カモマイルやラベンダー、タイム、ローズマリー等の植物がいっぱい。植物に直接触れる大チャンス! スクールで学んだ知識と山梨農場で体感したことを積み重ねていただける、またとない機会です。前回ご参加いただけなかった方、行ってみたいと思われた方、リピーターの方、皆様のご参加をお待ちしております。

価格は全て税込

●定員: 先着	36名様限定
●費用: NARD 会員様	14,700円
NARD 非会員様	16,700円
ラヴァーレ会員のご家族・お友達	18,900円

※農場研修費、交通費、お弁当、おみやげ代が含まれています。

- 集合: 早朝6時30分銀座松屋前(大型バス使用)
- 解散: 夕方18時頃予定(道路事情により前後します)

### お申込方法

各校へお電話 or メールにて受付

お電話の場合:  
本誌裏表紙に記載してある各校の電話番号へお電話ください。

メールの場合:  
「件名」を山梨農場研修とし、本文にお名前・受講票送付ご住所・ご連絡先お電話番号・NARD 会員番号(お持ちの方のみ)・所属校・お支払方法(お振込み or 各校でお支払い)を明記の上、送信してください。

※お振込み手数料は、お客様負担をお願いいたします。※お預かりしました参加費用は、キャンセル返金などご対応できませんので、どうかご容赦ください。



— 短期集中定時制 —

## NARD JAPAN 認定 アロマ・インストラクター講座

### 4月開講の短期集中講座 受講生大募集中!!

募集枠  
残り僅か!  
2018年  
4月10日現在

今ならまだ間に合います!

### 4月開講 スケジュール

1回目	2018年 4月 3日
2回目	2018年 4月 17日
3回目	2018年 5月 1日
4回目	2018年 5月 15日
5回目	2018年 6月 5日
6回目	2018年 6月 19日
7回目	2018年 7月 3日
8回目	2018年 7月 17日
9回目	2018年 8月 7日
10回目	2018年 8月 21日

この講座ではアロマアドバイザーを養成するための講師資格であるアロマインストラクターを目指す学習をします。  
NARD JAPAN 所定のカリキュラム48時間を1日5時間ずつ10日間に分けて受講。(最終日のみ3時間)フリータイム制で週に1講座ずつ受講すると半年程度かかるところを約4ヶ月間で修了する短期集中コースです。  
講師は、NARD JAPANのアロマトレーナーであるラヴァーレ主宰 菅野千津子。最近3年間で50名以上のアロマインストラクター合格者を輩出した実績があるので様々な疑問にも、経験に基づいた対応が可能です。

アロマの専門知識を極める理論講座  
プロを目指す方に最適です

ラヴァーレは、アロマアドバイザーからアロマインストラクターまで一貫して受講していただける  
関東でも数少ないスクールの一つです。

会場: アロマスクール ラヴァーレ銀座校

募集人数: 8名様まで

担当講師: 菅野千津子(NARD JAPAN認定アロマトレーナー)

受講対象: NARD JAPAN認定 アロマアドバイザー資格取得者

お申し込み方法: 本誌裏表紙に記載してある各校の電話番号へ直接お電話ください。

※誠に申し訳ございませんが、本講座のフリータイム制は満席となりました

## 「私、いいお母さんになれなくて・・・」

アロマトリートメントをしている途中で、彼女は私に話始めました。

ご主人の仕事の関係で、慣れない土地に1歳の子供と引っ越してきたそうです。昼間は子供と2人きりで友達もおらず、育児の相談をする人もいなかった。泣きわめく子供を気づいたら叩いていた。

「たまには1人で外の空気を吸ってくれば？」

見かねたご主人が言ってくれたそうです。出産後の初めての1人の外出に選んだのがアロマトリートメント。

独身の頃は時間はいくらでも自由に使える。最近では家事と育児に追われ1人になりたくてもなれない。トイレまで子供が入ってくる。毎日イライラしていたのでしよう。

私は彼女に

「自分が満たされていないとまわりに優しくなれないものです。今日はゆっくりトリートメントを味わってください。誰も完璧なお母さんじゃない。お母さんとして子供に育ててもらっているようなものですよ。」

と、そんなお話をさせていただきました。彼女のためになるかどうかは分かりませんが、私の経験談です。

「いいご主人ですね 今日こうしてお会いできたのもご主人のおかげ。アロマに興味を持ったのもお子様のおかげ。」と伝えたら、彼女は泣いていました。

トリートメントに選んだ精油は、カモマイル・ローマンがメインのブレンド。最初はイライラするという理由で選出した精油でしたが、どこかピンと来ておす

すめたカモマイル・ローマン。私の勤はなかなか当たるのです(笑)

トリートメント後、少し元気になった彼女は

「今日はありがとうございました。あれだけ1人になりたいと思っていたのに、もう子供に会いたくなってきました。」と言ってお帰りになりました。

カモマイル・ローマンは母なるハーブと言われています。カモマイルローマンの香りに包まれた彼女は、少し自信を取り戻して下さったみたい。

あれから十数年。私は今も、カモマイルローマンの香りは、お母さんの香りだと感じます。

## 二人の仲を繋いだ 心穏やかな香り

「消臭です。家の中のニオイをなんとかしたいのです。何かいいオイルありますか？」

ある方に、アロマに興味を持ったきっかけを伺った際に返ってきた答えです。

アロマに興味を持ったきっかけは、たくさんの方から伺ったのですが、多くの方から

「アロマの香りに癒されて」

「気分をリフレッシュしたくて」

「アロマトリートメントで気持ちを持ち直したいのです」etc...

アロマの良い香りに惹かれたという答えが返ってきますが、彼女はひたすら消臭です。しかし、お話を伺っていくうちに少し納得できました。

同居している義母を在宅介護している。家に病人がいると、ニオイが気になって仕方がないとおっしゃるのです。あらゆる消臭グッズを買いあさり、気づけば義母の部屋にたくさん並んでいた。

友達が家に来ると「ごめんね。うち臭うでしょう？」が口癖になっていた。そんなことないよといくら言われても、自分を責めたいと思ってしまう。

潔癖な彼女は、掃除も念入りに行っていた様子で、私は、実はそんなにニオイはしていないのではと感じていました。

そこで、私はサイプレスをおすすめしました。サイプレスは消臭作用はもちろん、香りを嗅ぐと森林浴をしている脳波、α波が出るとの研究結果があります。リラックスして深い呼吸を導いてもらいたいと思っただけです。

サイプレスをメインにしながら、ユーカリリラディアータ、レモンのブレンドのルームスプレーの使い方を説明しました。

ルームスプレーをまくときにはお義母様に、「このスプレーは、リラックスや免疫力にいい成分なんだって」と伝えて下さいと付け加えて。

## サイプレス Cypress

その後、彼女はアロマをいろいろな形で日々の暮らしに役立ててくださっていました。ある日、それまでは消臭に関する質問が多かった彼女が、「義母の足がむくんでいるのでトリートメントしてあげたい。」とおっしゃいました。彼女とお義母様の関係は、気づかぬうちに、少しずつ改善されていったとのこと。私は、アロマセラピーの力が少なからず存在したと感じています。

そんな彼女に、再びサイプレスをおすすめしました。サイプレスがむくみにおすめなのはもちろんですが、二人の仲をつないだのはサイプレスだと思っていたから。

居心地の悪い空間は呼吸も浅くなるものです。そんなときにはサイプレスがおすめです。

### エアフレッシュナー

サイプレス	4滴
レモン	8滴
無水エタノール	18ml
精製水	12ml

### Point!

レモンには、空気を綺麗にしてくれて免疫力を高める働きがあります。

### 精油コラム 連載中です!!

アロマセラピスト菅野千津子による精油コラムを大好評連載中!!是非、下記サイトもご覧下さい。

[aroma-therapist.jp/kanno/](http://aroma-therapist.jp/kanno/)



### トリートメントオイル

カモマイル・ローマン	2滴
オレンジ・スイート	4滴
スイートアーモンドオイル	30ml

### Point!

オレンジ・スイートには、気分を明るくして開放的になってほしい!という私の気持ちも込めました。



# PRANAROM ケモタイプ精油 充実の119種類



カナディアンヘムロック、ホーリーバジル、AOP ラベンダー・アングスティフォリア、ラベンダー・アブリアリス・・・新しい種類の精油が加わって、119種類になりました。

ラベンダーだけでも8種類が揃います。

輸入時に全ての精油について全ロット、酸価、ケン化価、屈折率、比重、旋光度、農薬、芳香成分を国内の厚生労働大臣登録検査機関で検査し、問題の無い精油のみを取り扱っています。

PRANAROMケモタイプ精油(全ロット国内分析済み)、キャリアオイル(全ロット国内分析済み)、ハーブウォーター(全ロット国内検査済み)、ブレンドマッサージオイル、化粧品類等、多数取り扱っております。

**株式会社健草医学舎**

〒400-0105 山梨県甲斐市下今井 3407  
☎ 0120-558-446 Fax : 0551-20-0221  
<http://www.pranarom.co.jp>



Find us on Facebook!  
<http://www.facebook.com/pranarom.kenso>

大人気! ラヴァーレ オリジナル商品

1粒に  
ニュートロックスサン  
125mg配合

**UV** SUPPLEMENT  
HERBAL POWER  
Rosemary + Pink Grapefruits

UVケアは『飲む』時代です!  
こんな方にオススメ  
● 日焼けすると、赤くなってヒリヒリしやすい方  
● 日焼け止めクリームなどでかゆみや湿疹が出やすい方  
● 日光アレルギーの方  
● 日焼け止めクリームなどの塗り直しが面倒な方



しみ、シワ、たるみ・・・  
**肌老化の約80%**は  
紫外線が原因と、言われています。

だから  
**ラヴァーレサプリ01**

紫外線を浴びた後でも間に合います  
お肌の老化ケアもバッチリ!

< 服用方法 >  
1日：1～2カプセルを水などと一緒に摂取  
※毎日摂取することをおすすめ致します。  
※日焼け止めクリームとの併用をお勧め致します。  
~~~~~  
【ラヴァーレサプリ01】 1袋：30カプセル入 ¥5400 税込  
※ 注意 ※  
・妊娠中・授乳中は服用をおすすめできません。  
・シトラスアレルギー・ローズマリーアレルギーの方は、服用をご遠慮ください。

肌老化の原因の8割は紫外線と言われています。日焼けを防ぐことは、とても重要なエイジングケアですね。ラヴァーレサプリ01は、『飲むUVケア』と言われるドクターズサプリで、シトラスとローズマリーの天然成分から出来るので安心です。紫外線を浴びる前に飲むのはもちろん、うっかり浴びてしまった後にもオススメです。さらに、毎日飲めば日焼けしにくくなったリ、シワが気にならなくなるといった驚きの結果も出ています! ラヴァーレサプリで、一歩先をゆくお肌ケアをしていきましょう!

## ラヴァーレ バスマルク



ホホバオイル配合バスマイルで  
バスタイムもお肌ケア

精油が水に浮かないようにする無香料の乳化剤です。保湿成分のホホバオイルを配合してお肌しっとり。浴槽の湯150～200ℓに対し、付属の計量カップに5～10mlをとり好みの精油を入れ、よく混ぜてから浴槽に入れてください。浴槽に入ると、お風呂の色が綺麗な乳白色に変化します! あなただけの香りを楽しめるバスタイムをお楽しみください!! (便利な計量カップ付)

【ラヴァーレ バスマルク】 容量: 250ml ¥2,700 税込

## ラヴァーレ キャリアミルクローション



潤い感が絶妙!  
ふき取り不要のキャリアミルク

乳液のような基材で、ふきとり不要です。皆様がお持ちのお好きな精油を入れてマッサージ等にご使用ください。オイルなどのべたつきが苦手な方に特にオススメです。しっとりとした潤い感が絶妙のバランスです! ご自身のセルフケアはもちろん、ご家族やお客様のトリートメントにもお使いいただけます。

【ラヴァーレ キャリアミルクローション】 容量: 200ml ¥3,000 税込

ご購入・お問い合わせなどはお気軽にどうぞ! 本誌裏表紙に記載してある電話番号へお気軽にご連絡ください。



みけまふにちは、長く感じた冬も終わり、  
 11よ1よ春がやってきますね。私も今年こそは  
 お花見を干しジにして出かけようと考えています。  
 この季節は、思ったよりも日やけどします。  
 紫外線が強いのです。夏はみけさん  
 気をつけて、皮は春もしっかりとケアして  
 日やけど、そして、日やけどすると、お肌が乾燥して  
 くるという、知らずにハマります。  
 私がアロマの世界に入った頃は、(30年前)  
 オイルは油やけどから、オイルの化粧品  
 がとても流行りました。今は、空気がとても乾燥して  
 いますから、オイルは必須です。ただ、オイルも  
 良質なオイルを使うことが大切です。最近では  
 食事でも油は注目されています。  
 アロマの世界でも精油はもちろんです。精油の  
 知識を深めるとよりお客様に、そして自分にも  
 有効なアロマセラピーができると思います。  
 菅野千津子

[www.lavare.co.jp](http://www.lavare.co.jp)

疑問・質問、どんな事でもお気軽にお電話ください！

- 銀座校 03-6228-6383
- 新宿校 03-6302-0838
- 池袋校 03-6424-4177
- 横浜校 045-222-7170
- 船橋校 047-407-3344

アロマスクール ラヴァール  
 **0120-080-774**  
 受付時間：10時～20時 年中無休（年末年始を除く）  
 ラヴァール スクール事務局 047-407-4151

