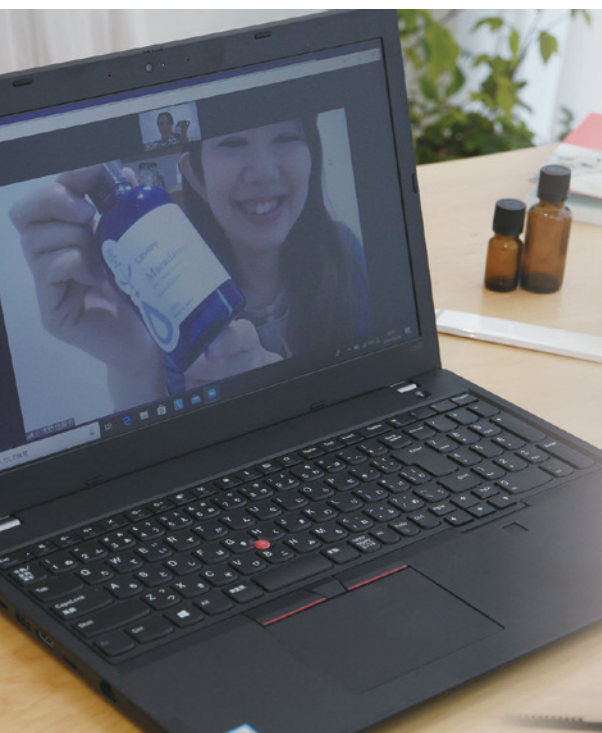


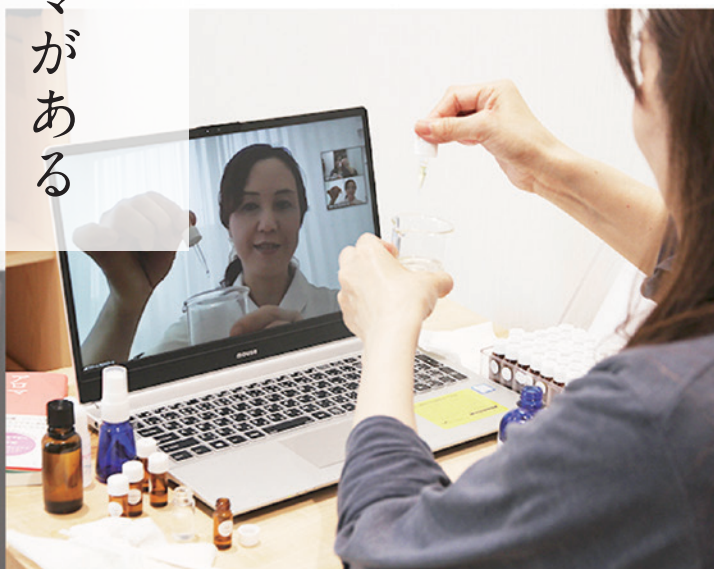
aromaschool Lavare News

LAVARE

やっぱりアロマがいいね!



やっぱりアロマは裏切らない
私たちの側にはアロマがある



Contents

- 03 やっぱりアロマは裏切らない 私たちの側にはアロマがある
こんな時代だからこそ、できることを粛々と
- 04 メディカルマロマの研究結果
- 06 メディカルアロマの新講座
《メディカルアロマ 腸内環境コーディネーター講座》開講
- 08 企業訪問
株式会社マイクロバイオータ様
- 10 コロナ禍でのみんなの対応状況
島崎 尚美 様 インタビュー
- 11 コロナ禍でのみんなの対応状況
大内 春佳 様 インタビュー
- 12 コロナ禍でのみんなの対応状況
中川 由美子 様 インタビュー
- 15 コロナ禍でのみんなの対応状況
秋山 詩子 様 インタビュー

- 16 アロマスクール ラヴァーレ 《オンライン講座スタート》
- 18 菅野千津子の精油コラム
- 22 ラヴァーレのアロマライブ
- 24 ラヴァーレ BLOG 紹介
- 27 ラヴァーレからのお知らせ

やっぱりアロマは裏切らない 私たちの側にはアロマがある

LAVARE
やっぱりアロマがいいね!

ラヴァーレ通信 第45号
2021年5月発行
発行：ラヴァーレスクール事務局

コロナに振り回された1年

みなさまこんにちは。
2021年もスタートして早くも春の到来です。

2020年の幕開けから世界はコロナ一色となり、あらためて感染症の恐ろしさを知ることとなりました。
新しい生活様式、テレワーク、人との距離やコミュニケーションの取り方など自分の価値観を覆されたような衝撃的なことばかりでした。

そんな中で私たちラヴァーレスタッフも、レッスンにオンライン講座を新たに導入したり進化できた部分がありました。

そのかいもあり遠方の方や、介護や育児で通学ができない方々にもレッスンを提供できるようになりました。
視覚に障害のある生徒様へのレッスンでも、オンライン講座は電話とは違い実習で精油を扱うときなどの指導を、私たちスタッフも確認しながらできるようにすることなど、オンラインならではのメリットもたくさんあ

ることに気づくこともできました。
まだまだ未熟ではありますがスタッフ一同、常に生徒様により良い講座を提供できますように今後も努力してまいります。

そんなこんな2020年でしたが、これだけは絶対やらねばならないと私自身が決めていたことがあります。

今の時代、コロナなどの感染症を防ぐ時に大切になるのが
「ご自身の免疫力」。

すでにアロマを生活に取り入れている皆さんならよくお分かりだと思いますが、**免疫力を高めるにはアロマセラピーが効果的**ですね。

だからこそ、ラヴァーレとメディカルアロマ研究所でのアロマの研究、これを怠つてはいけなさと粛々と行ってきました。

今までの研究成果としましては
2017年1回目の抗加齢医学会発表内容は、アロマでDHEAs若返りホルモンが増えアンチエイジング

にとても効果があったこと、アロマで自律神経が整うこと、アロマで皮下脂肪を減らすことができたという結果を発表しました。
(学会資料4ページにて)

2019年は各種ホルモンとメディカルアロマの効果についての研究をしました。

なかでもとりわけ**脳の海馬の栄養源**となるBDNFホルモンが増加したことが大変話題となりました2回目の学会発表となりました。
(学会資料5ページにて)

2020年の取り組みはアロマで腸内環境がどのように変化するのかな? 中でも精油を飲用するのではなく、皮膚塗布によっての研究をしてまいりました。

腸は第二の脳、セロトニンが出る、アレルギーに関係するなど世界中がこぞ注目している分野です。

特にコロナ禍により私たちは感染症を防ぐには**免疫力を高める重要性**を身をもって体験しています。

知っておきたいというよりも知っておかねばと思えるような分野です。
その**腸内環境がメディカルアロマで驚くような結果が出たのです。**

「やっぱりアロマは裏切らない」(笑)という嬉しい結果を早くみなさまにご報告したいと思っています。

2021年の6月に抗加齢医学会にて学会発表させていただく予定です。
みなさま、ぜひ楽しみにお待ちください。

やりたいことができなかったり、暗いニュースがたくさん飛び交うこの時代だからこそメディカルアロマの重要性に気づいてくださる方も増えていくように感じています。

これからもみなさまの暮らしに役立つ情報をどんどん発信してまいりますのでよろしくお願いいたします。

菅野千津子

第19回 日本抗加齢医学会総会

JAAM 2019

Scientific Meeting of the Japanese Society of Anti-Aging Medicine

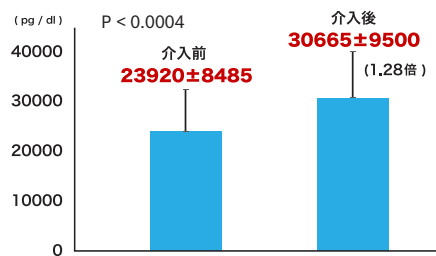
精油(エッセンシャルオイル)塗布における
各種ホルモンへの影響について

杉岡陽介¹⁾, 菅野也志¹⁾, 三井理恵⁴⁾, 福原延樹¹⁾, 加藤倫卓²⁾, 栗田泰成²⁾, 菅野千津子¹⁾, 久保明¹⁾²⁾³⁾,
[1. アロマセラピースクールラヴァーレ メディカルアロマアンチエイジング研究所, 2. 常葉大学健康科学部静岡理学療法学科, 3. 銀座医院検査科, 4. 銀座医院抗加齢センター]

〔 介入前後の各指標 〕			
結果	介入前	介入後	P
アドレナリン (ng/mL)	0.028 ± 0.001	0.033 ± 0.015	0.344
コルチゾール (μg/dL)	9.22 ± 3.42	10.33 ± 5.15	0.190
エストラジオール (pg/mL)	125.7 ± 126.6	151.1 ± 132.6	0.443
FT4 (ng/dL)	1.246 ± 0.150	1.336 ± 0.137	0.009
インスリン (μU/mL)	6.36 ± 6.94	7.93 ± 6.18	0.059
BDNF (pg/dL)	23920 ± 8485	30665 ± 9500	0.0004
血糖値 (mg/dL)	89.2 ± 12.8	91.6 ± 14.3	0.132
白血球 (μL)	4999 ± 1390	5423 ± 1889	0.102

FT 4 (遊離サイロキシン)、BDNF (脳由来神経栄養因子) は介入前後において t 検定で、p < 0.05 以下と有意差が認められた。

〔 BDNF の変化 〕



BDNF：脳由来神経栄養因子について

BDNFは記憶に関わる海馬に高濃度で存在し、特異的受容体TrkB(tyrosine kinase receptor B)と結合し、神経細胞の成長を促し、記憶、学習などの機能を発現する。一方加齢とともに減少するため、認知症への応用も期待されている、また、海馬の萎縮を伴うアルツハイマー型認知症では健常者と比べBDNFが減少していることもわかっている。

今回の検討において BDNF が有意に増加した
23920 ± 8485 → **30665 ± 9500 (1.28倍)**

結語

抗加齢医学にとって認知症は大きなテーマであるが、現在認知症に対する4種類の保険薬剤の効果は限定的であり新薬の開発も停滞している。
今回独自にブレンドしたアロマオイルの塗布によりBDNFが有意

に増加しており認知症対策としての応用の可能性が示唆された。
今後は MCI (軽度認知障害:mild cognitive impairment) の方々を含めた長期的な検討を行いたい。

詳細な内容は、アロマスクール ラヴァーレのオフィシャルサイトでもご覧いただけます！ぜひ、ご一読ください！

第17回 日本抗加齢医学会総会

JAAM 2017

Scientific Meeting of the Japanese Society of Anti-Aging Medicine

学会発表
資料
大公開！

アロマボディートリートメントによる
アンチエイジング効果の検討

杉岡陽介¹⁾, 三井理恵¹⁾, 福原延樹¹⁾, 加藤倫卓³⁾, 久保明²⁾, 竹田義彦²⁾

[1. 医療法人財団百葉の会銀座医院検査科 2. 医療法人財団百葉の会銀座医院内科 3. 常葉大学健康科学部静岡理学療法学科]

目的

当院ではメディカルアロマアンチエイジング研究所 (運営 アロマスクール ラヴァーレ) と共同で、専用の健診コースであるメディカルアロマアンチエイジングコースを2015年より行っている。このコースはアロマによるボディートリートメント(施術)前に各種検査を実施し、その数値とアロマセラピストによるカウンセリングから各個人にあった最適なブレンド精油を用い、施術を実施している。また、施術前後での変化からアロマによる効果と今後の予防などについて提案を行う予防美容と予防医学との連携も実施している。今回、施術前後のデータについて解析を行ったので報告する。

対象と方法

2015年1月から2016年12月までの間にメディカルアロマアンチエイジングコースを受診した女性19名(平均年齢42±9歳)とした。測定項目はDHEA-s、白血球分画、内臓脂肪および皮下脂肪面積定量(CT)、自律神経機能(きりつ名人)、不調感チェック(SKY-I0)、問診とした。施術前に各種検査を実施し、その結果をもとに個々に専門の医師とカウンセラーが個別ブレンド精油を決定しトリートメントを決定した。施術はアロマセラピストによって行われ、1回100分、週1回、全12回実施した。施術後に各種検査を再び実施し、その前後の値を比較検討した。

全体における介入前後の比較 [表1]

N=19	介入前	介入後	変化量	P
年齢 (歳)	42±9	-	-	
DHEA-S (ng/ml)	1549±765	1564±641	15.7	0.835
内臓脂肪 (cm ²)	28.6±18.5	29.0±22.5	0.4	0.888
皮下脂肪 (cm ²)	141.8±81.6	129.5±68.9	-12.3	0.072
自律神経	6.1±2.9	7.3±1.8	1.2	0.149

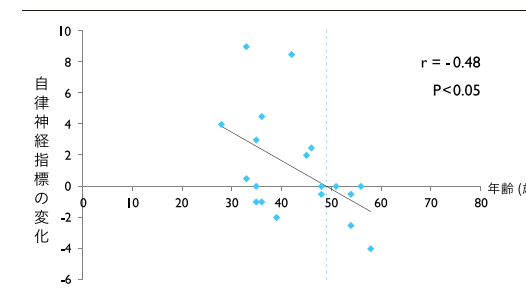
50歳未満における介入前後の比較 [表2]

N=14	介入前	介入後	変化量	P
年齢 (歳)	38±6	-	-	
DHEA-S (ng/ml)	1724±793	1755±603	30.6	0.754
内臓脂肪 (cm ²)	26.0±15.4	24.9±15.4	-1.1	0.694
皮下脂肪 (cm ²)	148.3±89.2	136.2±73.7	-12.1	0.182
自律神経	6.0±3.1	8.1±0.9	2.1	0.039

50歳未満と全年齢での変化比較 [表3]

	50歳未満	全年齢	変化量
年齢	38±6	-	-
DHEA-S	30.6	15.7	14.9
内臓脂肪	-1.1	0.4	-1.5
皮下脂肪	-12.1	-12.3	0.2
自律神経	2.1	1.2	0.9

年齢と介入前後における自律神経指標の変化の関係 [図1]



結果

自律神経機能は施術前後で増加傾向を、皮下脂肪面積は施術前後で減少傾向を認めた(それぞれ、p=0.149、p=0.072)(表1)。また、年齢と施術前後における自律神経機能の変化量の間には有意な負の相関が認められた(r=-0.48、p<0.05)(図1)。50歳未満(n=14)の対象における検討では、施術前後において自律神経機能は有意な増加を認めていた(p=0.039)(表2)。

結論

アロマトリートメントによる効果は今まで気持ちが良い、落ち着くといった主観的な評価が中心であった。今回の結果から、アロマトリートメントは、皮下脂肪および自律神経機能に対して良好な効果があることが示唆された。

共同研究：メディカルアロマアンチエイジング研究所 (運営：アロマスクール ラヴァーレ) アロマスクールラヴァーレ5校にてアロマトリートメントを実施

35年前からPCR研究の専門家

企業訪問
株式会社マイクロバイオータ様

春の日差しが眩しいくらいの4月上旬、このたびメディカルアロマ腸内環境の共同研究をしていたいただいております株式会社マイクロバイオータ様へお伺いしました。

こちらで、採取した便を解析していただいております。横浜市産学協同研究センター内にあります。

はじめて降り立った鶴見小野駅は横浜の文京地区とされ優秀な学校がたくさんあるそうです。

ハナミズキが綺麗に咲いている環境です。居るだけで癒されます。

株式会社マイクロバイオータ代表の島田社長は、35年前からPCR研究をされていたという専門家です。

当時はエイズウイルスの研究に没頭されていたそうです。



腸内環境の共同研究 マイクロバイオータ様

聞いたことはパーフェクトに答えてくださいます。

最近のウイルスや感染症のお話から腸内環境のお話までどんどん引き込まれていきました。

知識と経験のどちらもあから語れるのだと強く感じます。

株式会社マイクロバイオータ様の腸内環境検査は便を使います。そして、PCRをはじめ最新の機械を使い行うので精密で正確な結果を知ることができるのです。

尿検査で行うことの違いなども詳しく教えてくださいました。

研究室を案内いただきますと機械がたくさんあり、中には無酸素室の機械を使うこと。腸の中を再現するためと伺いました。

若い研究者のみなさんが熱心にお仕事をされています。

研究室内の機械を全て見学して説明を伺い、他の腸内環境検査キットとのレベルの違いをあらためて感じました。

データ数も桁違いです。

島田社長もメディカルアロマと腸内環境への影響が出たことに興味を持っていただき大変喜んでくださりました。

腸は第二の脳。

腸が悪いと色々な影響がある。

最近の若い方は腸内細菌の数が非常に少ないことを危惧されていました。

メディカルアロマで腸内環境ケアをして欲しいですね。

最後に、島田社長が研究したところによれば、赤ちゃんは産道を通ることでお母さんの腸内細菌を受け継ぐので腸内環境は母親由来だそうです。

ミトコンドリアと同じですね。

ちなみに帝王切開では母親とは別の腸内細菌が出たそうです。

これから出産される方には、ぜひ腸内環境を整えていただきたいです。

自分自身の腸内環境状態を知り、さらにメディカルアロマの知識を身につけるとより健康に暮らせるとあらためて感じました。

とても充実した一日でした。

株式会社マイクロバイオータのみなさま大変お世話になりました。

私たちラヴァースタッフ一同さらに、勉強と研究を重ね生徒様に新しい情報を発信してまいります。

菅野千津子



どうしてる？ コロナ禍での みんなの 対応状況

時間があることをチャンスと捉え
新しいことにチャレンジ！

SPECIAL INTERVIEW



「1」コロナ禍や度重なる緊急事態宣言で仕事にはどんな影響がありましたか？

東京都でサロンをしている人は休業申請してくださいという指導が入り休業を2か月間しました。最初は自分がどのサロンの分類に入るのかわからずに区役所や保健所に何度も電話をしました。結果私のサロンはエステサロンに該当することになり休業しました。都内で出張していたカフェとイベントマルシェなどすべて閉鎖となり一気に仕事を失うことになりました。

「2」1の事態をどのように乗り越えてきましたか？

はじめは落ち込み何もやる気が起きずいけば放心状態になっていましたが、気持ちを奮い立たせてやることを考えました。無水エタノールがなくて困っていた方もたくさんいましたので、ラヴァールで仕入れて無水エタノールの販売をたくさんさせていただきました。一時期はエタノール屋さんにもなった気分でした。(笑)

またアロマの使い方などを発信していくことを思いつき、LINEで配信したりできないながらも動画を撮影してYouTubeに流したりしました。それをきっかけに使い方をもちと知りたいたいの声などもいただきました。またB A S Eにアロマショップを作り精油の販売なども始めました。施術ができない時には、販売や使い方を教える仕事にシフトしました。緊急事態宣言解除後はお客様の客足も戻りつつあります。

島崎 尚美様

プライベートサロン経営

プライベートサロン Clear Sky

葛飾区栄又1丁目

※自宅サロンの為、詳細の住所は予約時にお伝えいたします。近くの駅、施設までお迎えいたします。※駐車場完備

京成栄又駅 徒歩3分 / 京成高砂駅北口 徒歩10分

TEL : 080-7018-0838 定休日：木曜・土曜日

<http://clearskyaroma.com/>

ト技術をラヴァールに勉強しに行きました。お店をしているとなかなかスクールに通う時間がなくなっていました。今ではロミロミのメニューもサロンに加えることができました。まさにピンチがチャンスとなりました。緊急事態宣言が解除されてからはお客様も「待ってました」と言ってくださり現在ロミロミのコースなども楽しんでいただいています。これからもいろいろあるとは思いますが、自分の軸はしっかり持ちながらお客様を大切にして頑張ります。

※インタビューは全てオンラインにて実施。写真はコロナ前に撮影したものです

「1」コロナ禍や度重なる緊急事態宣言で仕事にはどんな影響がありましたか？

第一波の昨年4月末から5月上旬にかけては感染の広がりがわからないので自主的に2週間ほどお店を閉めました。5月中旬に開店したもののお客様のほうに敏感になり客足が減りました。6月からは徐々にお客様も戻り収入は前年よりは減ったものの激減までにはいきませんでした。

「2」1の事態をどのように乗り越えてきましたか？

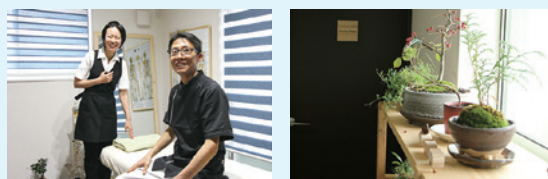
地域の方へ少しでもアロマが感染対策にも役立つということを知っていただきたくて、自分の得意分野を生かし手書きポスターを今まで以上に多く発行してアロマの使い方などの情報をポスティングして発信しました。少しでも和んでいただけたらと店の前にある看板にアロマをしみこませたムエットを自由にお持ち帰りでいただくことをしたところ好評でした。

店内では感染対策にアルコール消毒にプラスしてアロマ除菌ジェルを洗面所に置いてご使用いただくことやマスク着用にての施術を受けていただくことをお願いしています。

また来店前日にLINEにて、お客様とご家族の発熱、咳などがないかの確認

感染症対策の徹底で信用につながり お客様が増えました！

SPECIAL INTERVIEW



をし、当日も検温や感染対策にご協力を徹底しています。

「3」コロナ禍があったからこそ出来たこと、新しく身についた技術、能力はどんなものがありますか？

感染対策の徹底の発信が逆にお客様の信用につながり現在は新規のお客様が増えています。

うちは一軒家のサロンということもあり、完全個室で窓もあり換気の様子をお客様は通りがかりに確認して下さっていたようで、安心できたから来たとも言ってくださる新規の方もいらっしゃいました。

またテレワークの方が増えたので、私のサロンは住宅街なので逆に来てくださるお客様の層にも変化が出てきました。そ

して疲れている方が多いせいか2回目の緊急事態宣言はお客様は減るところか増えています。ありがたいお話です。

そして主人は整体をやっていますが整体のお客様にもアロマのマスクスプレーや感染対策アロマを買ってくださり、今までよりもアロマにも関心を持つていただくきっかけにもなりました。

すべてはお客様の「ご協力」があつてのことです。

時間のある時に苦手だったSNS発信を他の方のFacebookやインスタグラムで研究してお店の情報を発信することも意識してできるようになりました。今後はもっと地域以外にもアロマを発信していきたいと思っています。

大内春佳様

プライベートサロン経営

柏たなか整体矯正&アロマのお店 Trone(トロン)

千葉県柏市船戸 1592-2 東 35 街区 7-3

TEL : 04-7186-6352 定休日：月曜日

<http://trone.jp/>

※インタビューは全てオンラインにて実施。写真はコロナ前に撮影したものです

今まで以上にお客様への接客サービスや技術を丁寧にしたか？

「1」コロナ禍や度重なる緊急事態宣言で仕事にはどんな影響がありましたか？

一回目の緊急事態宣言の時には、以前より盲導犬チエンジの講習会に参加する関係でもともと4月は一か月お休みを予定していました。そのことを、お客様にはご連絡していたのであまりそこについて影響を感じることはありませんでした。

講習会も終わりました5月はどうするべきかと悩み自粛しながらも、どうしてもつらい症

状の方には、対応していますと個別にLINE@で連絡をしていました。

6月からは全員に連絡をして本格稼働したところ、今まで行くのを我慢していたお客様が一気に押し寄せて来店は戻っていました。

しかしお客様の中には、外出していいのか？感染リスクを気にして出かける勇気のない高齢者の方なども現実にはいらっしゃいます。

「2」1の事態をどのように乗り越えてきましたか？

感染対策を徹底するということは以前からやることは当たり前ですが、そのやっていることをお客様に発信することを意識しました。

スリッパ、ヘアゴムやタオルもすべて使い捨てにして、安心して来ていただけることをアピールしました。

またLINE@での連絡を今まで以上に頻繁にして来ていないお客様には忘れられないような努力をしました。

アロマや暮らしに役立つホームケアや商品の紹介などいろいろとお客様にアドバイスなどもして商品の購入などにもつながっていききました。

また私のサロンの3周年記念ということで、キャンペーンをしたおかげで12月、1月の来店数を増やすことができました。

「3」コロナ禍があったからこそ出来たこと、新しく身につけた技術、能力はどんなものがありますか？

今まで以上にお客様への接客サービスや技術をより丁寧にする。

お話をたくさんして下さるお客様も多いのできちんとお客様に向き合うことなどをコロナになつてからさらに意識して行うようになりました。

プライベートサロンを強みにしてお客様との人間関係を構築していきたいと思っています。

中川由美子様

プライベートサロン経営

リラクゼーションサロン うたたね

埼玉県さいたま市中央区

TEL : 080-8406-3778

定休日：日曜・月曜日

<https://salon-utatane.com/index.html>

また来店できないお客様のために商品開発も考えています。
精油をいきなり1本買うことに躊躇している方に向けて、香りのサンプルを送って確認してから購入いただいたりもしています。

バスソルトのキットやホームケアのキットも作りを自宅でも簡単にアロマを取り入れていただけるような商品も考案中です。常にお客様の困ったことや問題点を同じ視覚障害の方と共有しながらアロマを広げていきたいと思っています。

※インタビューは全てオンラインにて実施。写真はコロナ前に撮影したものです

SPECIAL INTERVIEW



秋山詩子様

THD.Japan/日本総合健康指導協会公認
認定力キリスト(力キラ認定指導者)
介護予防・認知症予防から認定指導者
インストラクター名 UTAKO

MAIL : aromakaqila@gmail.com
TEL : 080-5466-2120

以前からレッスンではアロマを取り入れていたのですが、今回は特に抗ウイルス、感染症予防のアロマスプレーをスタジオで噴霧し、希望者にはマスクやタオルにもスプレーをしてレッスンに参加いただいています。

精油はオレガノ、クローブ、シナモンカッシアデイトウリ、ユーカリラディアタ、ペパーミントをブレンドして使用しています。

みなさんいい香りと言って下さりアロマを嫌がる方は一人もいません。

「3」コロナ禍があったからこそ出来たこと、新しく身につけた技術、能力はどんなものがありますか？

私のような仕事をしている方の中には仕事が減っているお話しも伺いますが、私はありがたいことにコロナの前と仕事量は今のところ変わっていません。

それは、以前からアロマのレッスンをやり続けたおかげで生徒様たちは、私のレッスンはアロマだから安心と言ってくださります。休み明けも早く受けたかったと言ってくださり感謝しています。

生徒様は免疫力を上げるためにレッスンを受講したほうが良いと考えてくださる方ばかりなので、今を乗り越えられていると思います。

アロマを取り入れたレッスンを地道に行ってきた結果がよい意味で出ていると感じています。

あらためてアロマの素晴らしさをこのコロナ禍が教えてくれた形となりました。

今後みなさまの健康のためにアロマと力キラで体を整えながら免疫力を上げることを広く伝えていきたいと思っています。

「1」コロナ禍や度重なる緊急事態宣言で仕事にはどんな影響がありましたか？

一回目の緊急事態宣言の4月からは、私が行っているスポーツクラブ、ヨガスタジオがすべて休業となりましたので私も6月までは休業を余儀なくされました。

6月からは通常通りに仕事をすることができました。

「2」1の事態をどのように乗り越えてきましたか？

感染症対策は今までもしていましたが、アルコール消毒にプラスしてアロマを使いスタジオ内、ドアノブやマット消毒、室内のスプレーをアロマで完全に整えています。

アロマを取り入れたレッスンを地道に行ってきた結果が いい意味で出ていると感じます

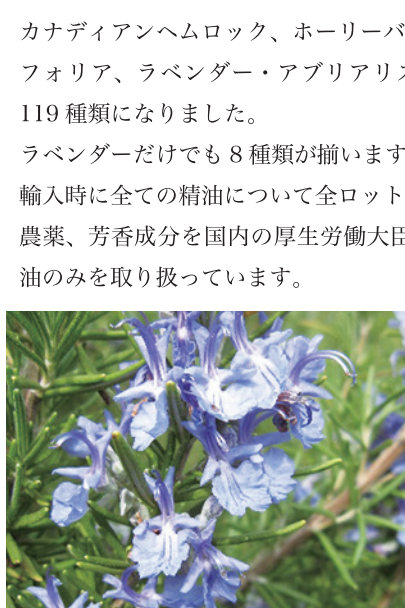
SPECIAL INTERVIEW



※インタビューは全てオンラインにて実施。写真はコロナ前に撮影したものです



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、多数取り扱いしております。

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>



私たちにはアロマがある！

2020年の幕開けから私たちは経験したことのない世界で生きていたように感じています。

今回のインタビューの4人の方もいろいろな困難があってもアロマと共に乗り越えてがんばってきたことが伺えました。私もとても元気づけられました。

私自身も銀座校のグランドオープン直後に緊急事態宣言となり、人がいないゴールデンウィークの銀座は10年前の震災の時よりも深刻だったと今では冷静に思えます。

しかしその最中では、今できること、しなければならなかったこと「今、ここ」しか見えていませんでした。

火事場の馬鹿力ではありませんが、追いつめられるといういろいろなアイデアがわき



ました。
そして当たり前がぶち壊されていくと日々感謝することに囲まれていたことに気づくこともできました。

外出できない生徒様との交流をZOOMでさせていただいたり、私自身慣れないZOOMを使えるようになったりしたお陰でLIVE配信ができるようになったことはまさに財産です。(奇跡 笑)

いつもご参加いただいているみなさまありがとうございます。
(まだの方お待ちしております)

コロナはまだ終わっていません。もちろんコロナで大変な思いをしている方もたくさんいらっしゃると思います。安心もしてはいけません。

でも私たちのそばには必ずアロマがあります。

忘れそうになった時にアロマは「ここにいるよ」と教えてくれる場所があると感じるのです。

これからもアロマセラピーを多くの方に伝えていきたいと思っています。

菅野 千津子

[オンライン講座]といっても その受講スタイルはさまざま
ラヴァーレのオンライン講座は ”ココ” が違います！



オンラインだけで アロマの資格取得ができます！

ラヴァーレでは 2020年3月以降にオンライン講座を開始してから、すでに158名の方が資格を取得！オンライン講座だけでも資格を取得可能なのです。アロマに関する新たな道に進んでおります！

ラヴァーレのオンライン講座は 先生とマンツーマン！

受講生の方は、自分のペースで、他の参加者に時間を惑わされることなく学ぶことができます。疑問・質問もあなたのタイミングで自由にできます。せっかくの貴重な授業時間です。有意義に使っていただくことができます。



いつでも最新のアロマを学べます！

ラヴァーレでは、体系的なカリキュラムに沿って資格取得を目指す講座や、臨床結果に基づいた最先端のメディカルアロマを学べる医学博士監修の講座など多彩な講座を開講。



全員が有資格者&現役のセラピストであるラヴァーレの講師が全力であなたをサポートしております。

さらに、ラヴァーレでは医療機関と提携し、アロマセラピーでの効果やアロマによるホルモンへの影響の研究などを続けるため、メディカルアロマアンチエイジング研究所を設立。その臨床結果を講座のカリキュラムにも常時反映しております。

もっと詳しく知りたい方は、ラヴァーレにお問い合わせください。

ほぼすべての講座にて オンライン講座がスタート！

コロナ禍で
スクールに
通えない…

遠方だから
移動
できない…

小さな
子供がいて…

介護があつて
時間が
取れない…

通学したくてもできない生徒様。受講したいのに受講できないお客様。そんな思いの中、どんな状況であっても、皆さまの学びたいという気持ちに添いたいという思いからスタートしたのが、ラヴァーレオンライン講座です。

最新のメディカルアロマ講座 JAAの資格対応講座など、
ほぼ全講座が自宅にしながらオンラインで学んでいただけます。



様々なご質問をいただきました！

「オンラインだけで資格を取れるのですか？」

「大勢の受講で質問はできますか？」

「決められた日時で参加者多数など、ビデオを流して終わりではないですか？」

そう、オンライン講座への不安っていろいろとありますよね？

でも大丈夫！

オンラインの受講生 すでに300名以上

2020年3月以降にオンライン講座をスタートしてから今でも、オンラインの授業内容に力を入れ、改善を続けています。空気感や熱量が伝わりにくいこと、生徒様の要望を空気で感じ取れるよう、日々力を注いでいます。

オンライン受講をいただいている皆さまは、すでに300名以上！
ラヴァーレのオンライン講座でしたら、遠方の方も、介護や育児でスクールへの通学を断念していた方も、コロナで外出自粛中の皆様も、ご自宅でのオンライン講座でしたら安心です。

ラヴァーレの オンライン講座 安心ポイント

- ご自宅にて空いた時間を活用し受講が可能です。
- 移動中の電車などの人混みや混雑を避ける事ができます。
- お手持ちのスマートフォンやタブレットでも参加が可能です。

アロマで食べていくなんて夢のまた夢

心を癒してくれる精油

Lavender

アロマで食べていくなんて今の私には夢のまた夢です。今の私は生きていくのに精一杯なのです。今日は夢のような楽しい体験講座をありがとうございました。

そう言いながら深々と頭に下げたて帰っていった、百合子さんのアロマストリーです。

長男20歳、次男18歳。離婚して12年。養育費もなく必死に事務職で2人の息子を育てている。

次男の大学卒業まではなんとかしてでも働いて頑張るしかない。現在53歳の私は病気なんてしている場合ではないのだ。毎日寝るときに呪文のように自分に言い聞かせて寝ることが日課になっていた。そうでもしていなければ不安

で眠れなかったり、自分の心がボキッと折れたりしてしまいそうだったから。

ある日職場の若い後輩が「百合子さんこれ見て」とパソコンを指さした。

アロマのスクールの無料体験講座の画面だった。アロマの説明を受けながら講師がオイルを選んでくれて一緒に化粧品を作れるという内容。

後輩は無料だから一緒にこうと私を誘った。30歳独身の後輩はアクティブでいろいろなワークシヨップなどに出かけては最新のトレンドを私に教えてくれる。

今回もアロマの化粧品作りにとっても興味を持っていたようだ。私は「無料でこわくない?」と聞いてみた。するとだ

から、一人で行くのは不安なので百合子大先輩に付き合ってほしいのですよ」とにっこり言われてしまった。

アロマに興味はともあつたのと、私も一人行く勇気はなかったのだ、彼女の付き添いというスタンスで体験講座に参加することにした。

離婚してからというものの自分のことは後回しにしてきた。仕事帰りに寄り道することすらしていなかったことに気が付いた。

いつもは職場からまっすぐ家に帰るだけの道もアロマスクールに向かう夜の街はとても輝いて見えた。

「無料なんだし、贅沢じゃないよね。こんな時間もたまにはあってもいいですよ。」

「ほれ」とぶつきらばうに封筒を私に差し出してきた。

「あゝ使えない肩もみ券とかでしよう?」言いながら封筒の中にはお金が入っていた。わが家にとっては大金が入っていた。

「何?」わけがわからなかった。

すると次男が言った。

「ママ、行きたいって言ってたでしょ。アロマ。」

長男と次男は自分たちのバイト代とお年玉を出し合って私にアロマのスクールに行く費用を用意してくれていたのだ。

涙が止まらなかった。私はその気持ちだけで充分だと思った。

シングルマザーで子供に苦勞もかけてきた。それなのにこんなに心の優しい息子に成長してくれたことだけでもう思い残すことはないと思った。

「ありがとう。ママ、本当にうれしい。気持ちだけで充分だからね」

「そうだ。私は今自分の好きなことをしている場合ではないのだ。スクールに通うお金なんてあるはずがない。」

私は自分の気持ちをそのまま伝えた。「アロマで食べていくなんて今の私には夢のまた夢です。今の私は生きていくのに精一杯なのです。今日は楽しい体験講座をありがとうございました。」

頭を下げた私以上に先生も頭を下げてくれた。体験で作ったアロマのジェルはラベンダーの香りがした。

独身時代に北海道の富良野で見たラベンダー畑を思い出した。広い敷地がすべて紫色に染まりラベンダーの香りを嗅いだ時の感動は忘れない。

私はラベンダーが大好きなのだ。

後輩はスクールに通い始めた。私も「いいなあ。独身はうらやましいわ。」と言いながら私もアロマのことが気になっていた。

家に帰って息子たちに思わずしゃべってしまった。

すると

「ちょっとそれじゃ困るんだよね。俺たち本気なんだからさ。ちゃんと通って資格取ってよね。」

「今まで、俺たちのために好きなこととしてこれなかったんだから、これから自分の好きなことしなよ。俺たちはバイトしながらなんとかできるんだからさ。」

息子たちに言われて迷った末にアロマスクールに通う決心をした。

高品質な精油・ハーブウォーター
キャリアオイルなどの卸販売をお探しの方へ

プラナロム商品を使ってみませんか

お客様は、本当に価値のある物を求めています。間違いなく本物を見極める時代になってきました。だから、プラナロムのケモタイプ精油は、多くのアロマセラピストから愛されているのです。
さあ、あなたも本当に安心・安全な精油を使ってみませんか？

今、巷で話題の日本の香り!!
多くのアロマセラピストが愛用中!

yuica日本産精油もお取り扱いしています!!

yuica(ゆいか)とは、「トレーサビリティ」と「成分分析」を大切にしている「正プラス株式会社」が作っている日本産精油です。原料の採取から精油の抽出、製品化のためのボトルリングまで、すべて日本国内で行っており、日本で最も信頼されている国産精油メーカーなのです。



商品知識・販売実績が豊富なラヴァーレにお任せください。

プラナロム・KENSÔ・yuicaの商品を取扱い希望の方 大募集中!!

ラヴァーレは、卒業生3500名超・独立開業者500名超のアロマスクールです。プロのアロマセラピストである講師が、普段から愛用しているからアロマ商品に関する知識が豊富! 独立開業した数多くの方々からの疑問や質問に、いつも対応しているから実績も豊富! 様々な製品に関する質感や香り、感触の違い等、毎日の授業でプラナロム商品を使っているからどんな事にもお答えできるのです。商品購入に関する諸条件等、まずはお気軽にお問い合わせ下さい。貴方からのご連絡を心よりお待ちしております。



●取扱商品

プラナロム社製品全般 / 健草医学舎製品全般

精油・キャリアオイル・ハーブウォーター・ブレンドオイル・国産ハーブウォーター・容器・基材・業務用キャリアオイル等

yuica 製品全般

精油・キャリアオイル・アロマウォーター・ブレンドオイル・入浴剤等

Lavare オリジナルアロマ化粧品各種

キャリアオイル・アロマジェル・クリーム・バスオイル・ミルクローション・アロママンダント等

ラヴァーレオリジナル商品も大人気です!



マスクスプレー、BDNFシャンプートリートメント、植物性エタノールやオリジナルブレンド精油など、ラヴァーレオリジナル商品も大人気です。

プラナロム・KENSÔ正規卸店 / yuica正規卸店
株式会社ラヴァーレ 〒273-0005
千葉県船橋市本町5-2-15 松寿ビル2F

取り扱いたい!!という方は

まずはお気軽に電話を! こちらへ

●受付時間10:00~20:00 年末年始を除く年中無休

047-407-4151

二度目にお会いした時の百合子さんは、元気で明るく息子さんとお話を教えてくれました。私はどうしたらそんないい子供に成長できるのかを百合子さんに教わりたいと思いました。

息子さんの応援と期待の中、しっかりとアロマの勉強をしました。

その3年後にはアロマショップとサロンのオーナーになりました。

子育ても一段落したこと。息子さんたちが応援してくれました。

百合子さんのお人柄で素敵な物件に出会えたこと。

いろいろなタイミングとご縁が重なったのです。

あれから10年、現在30代になっ

た息子さんたちは結婚されました。今ではお孫さんもいます。

お店には毎日、百合子さんに話を聞いてもらいたいお客様がたくさん来ています。

百合子さんは今や地域のカウンセラー的な存在となりました。

百合子さんの夢のまた夢という言葉、私は今でも忘れません。

夢は願えば叶うのです。

百合子さんは、息子さんの気持ちを無駄にしたいくない。

せっかくチャンスを与えてくれたのだから夢を現実のものにしようと努力された結果が今につながったのだと思います。

百合子さんが作ったアロマジェルレシピ

キャリアジェル(ケンソージェルナチュレ) 50g

ラベンダーアングスティフォリア 10滴

オレンジスイート 5滴

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/



／今まで全8回開催／
すべてFacebookにて視聴可能です

アロマスクール ラヴァーレ FB ページから
<https://www.facebook.com/aromalavare>

FB Live 01	更年期には このアロマ 強い味方になる秘密!! アロマスクールラヴァーレ主宰 菅野千津子による オンラインminiセミナー
FB Live 02	皮下脂肪が アロマで減るの?! 更年期脂肪とアロマセラピー アロマスクールラヴァーレ主宰 菅野千津子による オンラインminiセミナー
FB Live 03	目指せ!美肌 お肌のアロマ アンチエイジング アロマスクールラヴァーレ主宰 菅野千津子による オンラインminiセミナー
FB Live 04	おうち時間の メリハリ対策 アロマで生活リズムを整えよう! アロマスクールラヴァーレ主宰 菅野千津子による オンラインminiセミナー
FB Live 05	物忘れ?記憶力の低下? 脱認知症!? BDNFホルモン アロマスクールラヴァーレ主宰 菅野千津子による オンラインminiセミナー
FB Live 06	なぜ?森でリラックス? 癒やされる 森のアロマの秘密!? アロマスクールラヴァーレ主宰 菅野千津子による オンラインminiセミナー
FB Live 07	目指せ 免疫アップ!! 腸内環境と メディカルアロマ アロマスクールラヴァーレ主宰 菅野千津子による オンラインminiセミナー
FB Live 08	あらためて考えたい アロマでできる 感染症対策 アロマスクールラヴァーレ主宰 菅野千津子による オンラインminiセミナー

稲本正さんも登場!初めての野外ライブです!
9回目のLIVE配信はyuicaの森から配信

今回のライブ配信は、岐阜県高山市にある日本産精油 yuica の森からお届けします! yuica の精油が作られている yuica の森に実際に生息している「黒文字」を見ることができるかも?もちろん yuica の産みの親である稲本正さんも登場します!ぜひ、アーカイブにてご覧くださいね!

／こんな時だからこそ／

アロマで広げよう!繋がり輪!
ラヴァーレのアロマライブ

同時視聴者**100名以上**
コメント**200件超**の超参加型!!

コロナ禍で始めたラヴァーレのLIVE配信。この目的は二つあります。
一つ目は、もちろん、ラヴァーレ会員様とのつながりを深めることです。
日頃ラヴァーレスタッフを支えてくださる会員様とのつどいの場となれば大変うれいのです。コメントをいただいてもスタッフも励みになっています。
二つ目は、アロマを広げていきたいと常に考えているからです。

私たちはアロマ愛好家としてアロマを知ることと知ったあとは生活の質や体調が格段に良くなることを知っています。

でも実は知らない方がほとんどなのです。厳密には知らないわけではなくてきちんとした使い方を知らない方が非常に多いのです。このLIVE配信をきっかけに「アロマって楽しそう」「アロマってこんな使い方があったんだ」「アロマやってみたい」そんな方が一人でも多く増えていただけたらと願っています。

ですからこの講座では学術的なことではなく初心者にもわかりやすい内容で、楽しんでいただくことを目的にしています。中にはそんなこと知ってるわ。っていうツツコミがあるかもしれませんが。

このLIVEは「アロマが広がる友達輪」笑っていいものアロマ版にしたいのです。

そんな想いをもってこれからも伝えていきたいと思っています。アロマに興味を持ってくださる方が増えれば、今後アロマの業界がさらに良くなっていく。アロマを使う方が増えると多くの方の予防医療にもつながる。

そんなやさやかな思いをもつてのLIVE配信です。ぜひ知りたい方がいらつしやいましたらシェアをお願いいたします。



ラヴァーレ公式ブログ

人気の記事をご紹介

アロマスクールラヴァーレでは、各校日替わりでほぼ毎日ブログを更新しています。
最近のブログでお客様からの反応が良かったものを掲載いたします。
ぜひ、皆様もラヴァーレ公式ブログに目を通してみてくださいね。

<https://www.lavare.co.jp/>

『受験生のケアに大活躍アロマ!』

2021年2月 すずき先生



暦の上では春がやってきました。
暖かい2月スタートも珍しいですね。
昼間と夜の気温差も心配になるこの頃、体調管理はバッチリでしょうか？
受験シーズンを迎え、アロマでお客様の体調管理に力を入れていらっしゃる方も増えてきました。

・バスミルクと合わせて入浴剤に
・ハンドソープと合わせてウイルス除去に
・無水エタノール＋精製水と合わせてルームスプレーやマスクスプレーに頑張ってきた日頃の成果を当日、十分に発揮できますように！
ウイルスに負けず元気に過ごせますように！とお母様方は日常の中でフル活用くださっています。

人気の商品はBDNFブレンドシリーズです！
BDNFとは、脳由来神経栄養因子という記憶・学習に影響する脳内ホルモンです。

特にシャンプー・トリートメントはいつも使っているものをBDNFに変えるだけでケアできますので、普段アロマケアをされていない方に取り入れていただきやすい人気アイテムです。

BDNFブレンドは、学習力UPや仕事や作業効率UP、物忘れ防止に役立てていただけますが、それだけでなく風邪や感染症予防にもご活用いただける精油がブレンドされていますので、ご家族皆さんの強い味方になってくれるおすすめのアロマです(〆)

他にはオレガノ・レモンブレンドのネゴルジュカプセルや、オレガノ・シナモン(樹皮)・レモン・ペパーミントブレンドのエピアロムカプセルも体調管理に人気です。

『アロマでお掃除!』

2021年1月 にしおか先生



家で過ごす時間の多いこの時期、気になっているところをアロマでお掃除してみませんか？

抗菌、抗ウイルス作用のある精油は、掃除にぴったりです。

(お掃除パウダー)

・重曹 45グラム

・好きな精油 18〜27滴

ペパーミント、ティートリー、レモン等がおすすめです。

キッチンでは、シンクにふりかけ、水で湿らせたスポンジでみかくとすっきりきれいになります。

玄関の靴箱の中や、洗面所に置いていただくのもおすすめです。

(除菌スプレー)

・無水エタノール 70ml

・精製水 30ml
(ミネラルウォーターで可)
・好きな精油 40〜60滴

精油は、ラヴァーレオリジナルブレンドのフォースアロマブレンドや、花粉症ブレンドがおすすめです。

アルコールが70%以上になると、アルコールのみで除菌効果があります。

(無水エタノールのみは、揮発が速くて除菌できませんのでご注意ください。)

ドアノブ、スイッチ、蛇口など、触れる機会の多いところを中心に、スプレーしたふきん等でしっかり拭きましょ。

忙しくて時間がない方には、精油を加えるだけでお使いいただけるマルチ除菌スプレーがおすすめです。

持ち歩ける50mlサイズですので、外

出時の手指消毒にもお使いいただけます。

掃除をすると、気持ちもすっきりしますね。

居心地のよい空間になると、家事や仕事がいともよりはかどったり、ゆっくりにくつるげたりするのではないのでしょうか？

アロマの香りで、居心地のよい空間を作ってくださいね！

情報ビジネス番組にて
ラヴァーレのコロナ禍での取り組み方が
テレビ放映されました！

NEXT Company

2020年10月7日（水曜日）23:00～、BS11にて
『NEXT Company（ネクストカンパニー）』ので放映していただきました！



BS11 NEXT Company にて放映
ぜひ、ご覧ください
https://youtu.be/ZPpmiKI_0xY

アロマスクール ラヴァーレの
LINE 公式アカウントができました！



＼ぜひお友だち登録をしてくださいね／

<https://lin.ee/A95dpQ0>

お友だち登録をしていただくと。。。

アロマの最新情報
ラヴァーレの最新ニュース
会員様限定のお得な情報
フェイスブックライブ配信の告知

もちろん、レッスンのご予約や、商品のご注文も LINE でできます！
とっても便利でおすすめです♪

『ラヴァーレブレンドが大活躍！』

2021年2月 たけうち先生



今日はかなり冷えますね。

明日はあたたかくなるようですが、
日々の気温差に体が驚いています
（*）

お家時間が長くなってお部屋ごとの
香りを楽しんでいる生徒様が増えて
います。

ラヴァーレにはオリジナルブレンド
オイルがそろっていますのでぜひご
活用くださいね。

お仕事中にはONブレンド レモン
グラス、ローレルなどさわやかな
香りがでる香り

またはBDNFブレンドでお仕事の
効率UP
ペパーミントやサイプレスですつき
りとした香り

花粉対策にはボロン&ウィルスブレ
ンド ユーカリラディアタやティー

トゥリーで花粉症の方には欠かせま
せん

除菌にはフォースアロマブレンド
の種類のブレンドは香りの幅がでま
すね

寝室にはOFFリラックスブレンド
サンダルウッドやマンダリンが心地
よいです

もちろんお好みで香りを気分にあわ
せてブレンドするのもいいですね。

ラヴァーレおなじみのディフュー
ザーアロマモビは、変わらず人気で
プレゼントや2台目、3台目購入の
方が増えています。

みなさまのおすすめブレンドおしえ
てくださいね♡♡



みなさんには。すっかり春めいてまいりました。
少しづつではありますが、明るい春風が戻っ
きているように感じます。去年のゴールデンウィークは、
銀座の街は、人がほとんど歩いていませんでした。
銀座で仕事をし、10数年ですが、初めての光景に
少し落ち込んだことを思い出しました。
どんな時でも「明けはいい夜はいい」をモットーに
生きている私ですので、常に前向きです。
コロナによって良かったとは思いませんが、とても
考えさせられることがたくさんありました。
やはり、それを自分のものにしていかないと
いけないと感じます。自分がデジタルプロモを
研究していることは、このような時代が来た時に、
人の役に立てるために行ってきたのだと
感じています。元々、心をしっかりと持ちながら
これからもスタッフ一同勉強してみなさんの
役に立てるようがんばっております。
今後ともよくおねがい致します。

菅野千津子



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!

アロマスクール ラヴァーレ

 **0120-080-774**

受付時間: 10時~20時 年中無休 (年末年始を除く)

ラヴァーレ スクール事務局 047-407-4151