

人材バンク “魅学” プログラム例記入書

登録者名 (団体名) アロマセラピースクール ananas(アナス)

プログラム名	アロマセラピー講座		
プログラムのねらい	生活にアロマを活かして体と心を整える 認知症予防等		
講座名・テーマ 学習分野等	学習内容等 (具体的に)	時間数 (分・時間)	備考 (備品等)
○アロマについて	精油とは何か	15分	精油
	使い方を学ぶ (座学)	10分	
○症状別	肩こり、頭痛、認知症等		
精油の選び方	それぞれに合った精油を正しく選ぶ		
	生活への導入法をレクチャー	20分	
○マッサージオイル	今日から使える自分だけの		
作り	オリジナルオイル作り	15分	オイル容器、
			精油
○質問時間		10分	
全		90分	