

～ アロマの香りの好みから、心と体の不調を自力で整える方法がわかる ～

第2回「新しいアロマテラピー」オンライン体験会

香りの感じ方や好みは、体調によって常に変化します。

嗅覚は五感の中で本能に直結している感覚。何が体と心に必要かを知っています。

レモングラス
好き！

夜
冷ための水
散歩…

ローズ
好き！

昼
魚介類
カラオケ…



「嗅覚反応分析」

嗅覚を使った「生体情報の収集法」として
国内外で特許を取得した「健康管理ツール」

ラベンダー
好き！

寝る前
ヘッドマッサージ
深呼吸…

ユーカリ
好き！

朝
暖かい飲み物
ジョギング…

アロマテラピーとは精油を使った芳香療法のこと。
香りは「癒し」「女性のもの」「シャレオツ」だけではありません！

アロマテラピー発祥のフランスなどヨーロッパの一部の国では、医療や治療に活用。
薬局で薬剤師さんが市販薬と同じように精油を選んでくれます。

精油の香りの成分が持つ働きを上手に使うと、自然治癒力を最大限に発揮されやすくなります！
嗅覚反応分析では、精油の好き嫌いに対する反応で心身バランスだけでなく、
バランスにあったアロマ、食事、運動法、入浴など、どんな過ごし方がおススメか？が総合的にわかります。

体験会のご参加をきっかけに、この「健康管理ツール」を日々の生活に取り入れ、病気とうまくつき合える様になった方、
アロマLifeを始めた男性、「嗅覚反応分析」を学んでご家族の健康管理にも活用されている方もいらっしゃいます！

国家的な成長戦略として総務省が実施する「異能vationプログラム」で
「香りの好みを利用したストレスチェックと健康管理法」として、「ジェネレーションアワード賞」を2019年から2年連続して受賞！
これからますます広まりそうな「嗅覚反応分析」

全国どこからでもご参加いただけます！ 時代を先取りして体験してみませんか？！

日時 2021年4月17日（土）13時～15時

参加費 会員：無料 非会員：1,500円

定員 申込先着10人

ナビゲーター 泉川 真希子
(AHIS 嗅覚反応分析士
インストラクター)

内容（予定）

ご留意事項

- ①「嗅覚反応分析」について
チェック結果からわかる思考行動癖、出やすい不調、
おススメの体調の整え方
- ②事例・体験談紹介
- ③アロマの身近な使い方

- ・ご応募は、下記「個人情報の取扱い」に同意を得られる方とさせていただきます。
- ・お申し込み後の詳細は別紙「新しいアロマの使い方体験会の流れ」をご確認ください。
- ・お申し込み後のキャンセルは4/14（水）迄に下記E-mailでご連絡ください。
- ・Zoomの設定はご自身でお願いいたします。

お申し込み方法 申込期限：2021年4月11日（日）定員になり次第、締め切り

申込先：E-mail aroma@saitama-ibd.org

タイトル「4/17新しいアロマテラピー体験会参加希望」、本文に「氏名」「会員or非会員」「郵便番号」「住所」「年齢」「メールアドレス」、「疾患名」を忘れずにご明記ください。

個人情報の取り扱いについて：当体験会でお預かりした個人情報は、埼玉IBDとインストラクターで適切に管理いたします。また「患者会並びに患者会以外のイベント案内、アンケートやモニター等のお願い」に使用させていただく場合がございます。

「嗅覚反応分析」を体験してくださった方の声

- ・香りを嗅いで好きな順番に並べるだけで今の自分の体のバランスが把握できたので、**体調や生活習慣など見直すきっかけになりました**。リラックス出来ているようで出来ていなかったり、気付かないうちにストレスや冷えを溜め込んでいたり…**新たな発見がありました**。
アドバイスしていただいたストレッチ法や食事、睡眠前の読書などは**気軽に始めることが出来るので生活に取り入れたい**と思います。持病があり体調の変化が激しいですが、今回気付けたことを生かして少しずつよい方向に行けたらと思います。（クローン病 I様）
- ・匂いの好みを元にした統計という明確な根拠を元に、自分の今の身体状況や思考を的確に指摘されて**驚いた**。また現状の改善方法を自分に合った形でいくつか提示していただけたのでよかった。
（潰瘍性大腸炎 S様）
- ・生物学的製剤使用により、炎症度は下がったものの、貧血や下痢、お腹のハリはなかなか改善されず眠れない日々を過ごしていました。情報収集のため患者会に参加した際に嗅覚反応分析を知りました。病気にはNGと言われていた『豚汁、オリーブオイル』で体調が改善した体験談を聞き、**薬だけに頼るのではなく、根本から生活を変えたいと思い始めていたので、興味を持ちました**。
果物・生野菜が足りていないことが分かりました。食事に気を付けて生物を一切食べてなかったので見事に当たっていました。グラフの偏り対して自分でできる対策を取り入れました。
特に**点滴をするほどの慢性的な貧血に関しては10年ぶりに標準値に入りました**。
体が軽いし、めまいもなく、冷え性、不眠症も軽減されました。（クローン病 N様）
- ・体調が改善することで、**体力的に余裕ができて、今までよりも楽しい時間が増えました**。例えば、息子を寝かした後に半身浴を楽しんだり、保育園の帰りに公園で遊んだりしています。土日朝から活動的に過ごせるので、早目に家事を済ませて家族で公園でピクニックしたりしています。
また、**病的にNG食品が多かったのですが、食べ方を気をつければ食べれる物が増えたので、食べるのが楽しいですし、栄養面も前よりずっと健康的になりました**。
嗅覚反応分析をやることで、さまざまな健康法があふれている中で手当たり次第やってみるより、**今の自分の体調にあった健康法を適切な時間に取り入れることが大切だと気が付きました**。副作用がない健康管理法なので体調に左右されるのではなく、体調をコントロールしたいと考えているすべての方にお勧めです。（クローン病 S様）
- ・グラフの状態を見て**今の自分に何が足りていないのかということも知ることができ、それに合わせてアロマを調合してもらいました**。早速活用しています。**今後の生活改善に役立てていけたら**と思っています。（クローン病 T様）
- ・嗅覚反応分析は2年前に初めて数ヶ月間行って、今度で2度目になります。今回は検査の数値が改善されれば良いなと始めました。不調な時も対策を行うと、すぐグラフが整いやすくなり、そうしている内に数値が正常に戻りました。丁寧なアドバイスで**自分に合った食事と運動の大切さを知ることになりました**。（潰瘍性大腸炎 H様）
- ・息子が5年前に潰瘍性大腸炎と診断を受け共に起立性調節障害を併発しました。朝起きれない、やっとの思いで起きて頭痛、吐き気、目眩、腹痛の症状がありました。カイロプラクティック、整体など試みましたが、中々改善されませんでした。セッションを受けて息子の嗅覚チェックを提出させて頂くと、まさに息子の今の体調を当てくださりなぜ分かるの？と息子と共に驚きました。息子の体調改善する為に毎日実践しやすい方法を提示して頂きました。起こさなくても自ら起床し、吐き気は軽減、頭痛、目眩は無くなりました。**皆さんに嗅覚チェックをおすすめしたいです**。
（潰瘍性大腸炎の大学生を持つお母さま N様）
- ・胃が夜中じゅう働き過ぎている可能性がありますと指摘されました。就寝前の夜食が原因で、それ以来夜食をやめたら体重は2Kg減り、体調も良くなりました。**男性の皆さんも今の生活習慣を見直す良い機会になります**ので、是非参加されてご自分の健康状態をチェックされてはいかがでしょうか！
（潰瘍性大腸炎 M様）

香りでわかる、私のこと。



嗅覚で心と体を読み解く

嗅覚反応分析



「新しいアロマテラピー」オンライン体験会の流れ

01

チェックキットの郵送
(精油8本、記入シート)



02

8種類の匂いを嗅ぎ好みの順番に並べる
(3分程度)



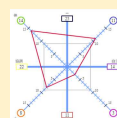
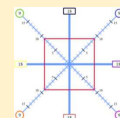
03

記入シートにチェック結果を記入
メールでご提出 **ご提出期限:4/14(水)**

日付	時間	1 好き	2	3	4	5	6	7	8 嫌い	9 嗅ぎたくない 香気
12/1	21:00	B	G	A	H	E	G	H	F	0本
12/5	21:30	B	A	C	E	D	F	G	H	0
12/6	22:50	B	A	C	E	D	F	H	G	0
12/7	23:20	B	A	D	E	H	C	G	F	0
12/9	22:00	B	A	E	C	D	H	G	F	0
12/10	22:00	B	A	E	C	D	G	H	F	0

04

並び順を元に「今の心と体の状態」
「自律神経のバランス」などを数値化
開催前日までにメールでご案内

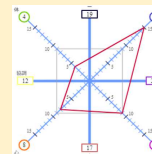
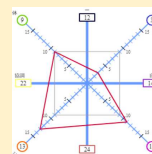
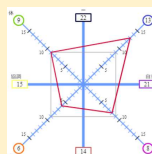
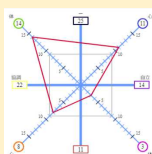


05

開催当日

グラフの偏りから 体質・思考や行動癖を4つのタイプに分類

お体が求めている心と体の整え方(食事、運動、入浴法、適しているアロマなど)を紹介



06

体験会終了後、アンケートのご提出

香りでわかる、私のこと。



嗅覚で心と体を読み解く
嗅覚反応分析

