

2023年度 愛知学泉短期大学シラバス

シラバス番号	科目名	担当者名	実務経験のある教員による授業科目	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
36302	アロマセラピー Aromatherapy	岩瀬加奈		専門	1	選択	1.2前期
科目の概要							
天然の植物から採れる精油（香り：エッセンシャルオイル）を使って行う、アロマセラピー。自然療法として美容や健康、介護など、日々の生活に役立つ専門知識や実習力を修得し、講義と実習を通じて学び、活用できる能力を身に付ける。							
学修内容				到達目標			
① アロマセラピーと精油が何かを知り、説明できるようになることを目的とする。 ② 香りが心と身体に与える影響を理解する。 ③ 自然療法として、生活に役立てる方法と実際にどのように使うか実習を通して知る。 ④ 実習の際、必要な精油を選択する事を判断する。 ⑤ 香りの違いを理解する。				① アロマセラピーと精油について説明ができる。 ② 香りを嗅ぐだけでなく、健康やスキンケアに役立てることができる。 ③ クラフトを通して、生活に取り入れることができる。 ④ 自分以外の人にも役立つ方法のトリートメントができる。 ⑤ 自分のタイプにあった精油の選択ができ、似た香りの違いを判断することが出来る。			
学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素		学生に求める社会人基礎力の能力要素の具体的行動事例					
前に踏み出す力	主体性	講義中、実習に積極的に取り組み、作品を完成させることができる。					
	働きかけ力						
	実行力	テーマに沿ったクラフトの準備、手順を守って作成できる。					
考え抜く力	課題発見力	自分に必要なもの、テーマに沿ったものを見極めることができる。					
	計画力						
	創造力	固定観念にとらわれることなく、自由な発想で作品を完成させることができる。					
チームで働く力	発信力	感想カードのテーマに沿って、自分の意見、感想を的確な文章で表現できる。					
	傾聴力	グループワークで相手の意見を引き出したり確認したりすることができる。					
	柔軟性						
	状況把握力						
	規律性	遅刻、無断欠席など学習欲欠如をきたす行動をせず、授業が円滑に進行するようルールを守ることが出来る。欠席した場合は欠席届を提出し、フォローレポート課題を行う。					
	ストレスコントロール力						
テキスト及び参考文献							
テキスト：アロマセラピー検定 公式テキスト 1級・2級（公益社団法人 日本アロマ環境協会 発行） 価格 2 640 円 参考文献：なし							
他科目との関連、資格との関連							
他科目との関連：なし 資格との関連：アロマセラピー検定 2級、1級							
学修上の助言				受講生とのルール			
アロマセラピー検定試験受験希望者は、資格試験に向けて学習することも可能です。 その際、香りの試験があります。 授業の進み具合に応じて、学習の確認のための小テストを行います。				授業中、配布した資料、小テストはファイリングし、必ず毎回、持参すること。 授業で作成したコスメクラフトは使用して、次回の感想カードに感想を記入。 提出物は期限厳守。忘れ物は減点。 授業中の私語は慎み、携帯電話の電源は切り、カバンに入れておくこと。 材料費、6,000円（アロマクラフト、コスメ代すべて含む）			

【評価方法】

評価対象	評価方法		評価の割合	到達目標	各評価方法、評価にあたって重視する観点、評価についてのコメント		
学修成果	学 期 末 試 験	筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	60	①	✓	<ul style="list-style-type: none"> ・アロマセラピーの基本を理解したかを評価。 ①問題を適切に捉え、回答できるか。 ②重要な点を押さえているか。 ・学習内容の理解度の確認。 	
				②	✓		
				③	✓		
				④			
				⑤			
	平 常 評 価	小 テ ス ト		20	①	✓	<ul style="list-style-type: none"> ・授業中の小テストの点数の平均を判定。 ・授業内容を理解できているか確認。 ・出題範囲は、各時点までの授業で学習した内容とする。
					②	✓	
					③		
					④		
					⑤		
		レ ポ ー ト		10	①	✓	<ul style="list-style-type: none"> ・毎回、授業の終わりに、当日の授業内容の理解度の確認と授業の感想、実習品を使用 した感想をカードに記入。 ①個人の感想、表現の仕方など明瞭に表現されているか。 ②テーマを的確に捉えて、論理的な文章で論じているか。 ③実習品を使用し、感想が書けているか。
					②	✓	
					③	✓	
					④		
					⑤		
成 果 発 表 （ プ レ ゼ ン テ ー シ ョ ン ・ 作 品 制 作 等 ）		0	①				
			②				
			③				
			④				
			⑤				
学 修 行 動	社 会 人 基 礎 力 （ 学 修 態 度 ）	10	①	✓	<ul style="list-style-type: none"> ・【規律性】 受講態度（遅刻、欠席、学習意欲欠如、課題やその他の提出物の未提出、忘れ物、グループ活動への非協力など）が見られる場合は減点する。 ・【規律性】 遅刻、無断欠席など学習意欲欠如をきたす行動をせず、授業が円滑に進行するようルールを守ることができる。欠席した場合は欠席届を提出し、フォローレポート課題を行う。 ・【傾聴力】 相槌やうなずきなど、話を聞く姿勢ができていること。 ・【実行力】 実習に積極的に参加し、周りの生徒と協力し合える。 ・【主体性】 小テストに向けて予習を行い、期末試験に向けて復習ができていること。 ・【課題発見力・創造力】 自分に必要なテーマの実習作品を選択し、作品を完成できる。 ・【発信力】 感想カードに記載する際、相手に分かり易く伝わるような話し方、記述が出来ること。 		
			②	✓			
			③	✓			
			④	✓			
			⑤	✓			
総合評価割合			100				

【到達目標の基準】

到達レベルS(秀)及びA(優)の基準	到達レベルB(良)及びC(可)の基準
<ul style="list-style-type: none"> ・筆記試験、小テスト、感想カードにおいてアロマセラピーの歴史や環境など全般に渡り、基本を理解と説明ができ、実習ができること。 S 筆記試験 90点以上 小テスト 合計 200点以上 +感想カード 合計 45点 A 筆記試験 80点以上 小テスト 合計 175点以上 +感想カード 合計 41点以上 	<ul style="list-style-type: none"> ・筆記試験、小テスト、感想カードにおいてアロマセラピーの基本を理解でき、感想カードに内容が反映させることが出来ること。 B 筆記試験 70点以上 小テスト 合計 150点以上 感想カード 合計 36点以上 C 筆記試験 60点以上 小テスト 合計 120点以上 +感想カード 合計 32点以上

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
1	・アロマセラピーの基本 ・香りのイメージ体験 ・検定試験について ・香りのイメージレッスン	講義 P10～15、実習(香りのイメージ体験)、感想カード	・自分の香りのイメージを、わかりやすく表現する事が出来る。	(予習) P10～15 精油の基礎知識について確認する。 (復習) 教科書を読んでアロマセラピーの概要をつかむ。	90	主体性
2	・エッセンシャルオイル① ・精油を使ったコスメ作り(精油瓶の持ち方、扱い方を体験)(ボディーソープ)	講義 P14～18、実習(ボディーソープ)、感想カード	・積極的に実習に参加し、ボディーソープを作成する事が出来る。	(予習) P14～18 どのような作用があるか確認する。 (復習) 精油の性質、定義について復習する。	90	実行力
3	・エッセンシャルオイル② ・利用方法の体験実習(ハンドバス、フェイシャルスチーム、湿布法)	・授業の開始時に小テスト(筆記)(答合わせ後、P10～18 フィードバックする) 講義 P19～21、実習(ハンドバス、フェイシャルスチーム、湿布法)、感想カード	・製造法の特徴を理解し、実習(ハンドバス、フェイシャルスチーム、湿布法)を行うことができる。	(予習) P22～26 精油と環境について確認すること。 (復習) 精油の製造法の違いを復習する。	90	実行力
4	・エッセンシャルオイル③ ・精油を使ったコスメ作り(お肌にあった化粧水作り)	・授業の開始時に小テスト(筆記)(答合わせ後、P19～21 フィードバックする) 講義 P22～26、実習(化粧水)、感想カード	・地球環境との関わりを理解し、自分の肌質に合った化粧水を作成できる。	(予習) P28～32 108. 109 アロマセラピーの安全性について確認する。 (復習) 授業中、チェックしたところを復習。	90	課題発見力
5	・アロマセラピーの安全性 ・精油を使ったコスメ作り(バスソルト)	・授業の開始時に小テスト(筆記)(答合わせ後、P22～26 フィードバックする) 講義 P28～32、実習(バスソルト)、感想カード	・精油の安全な使用法を理解し、バスソルトを作成できる。	(予習) P52～53 トリートメント法について教科書で確認する。 (復習) 安全については大切なので、しっかり覚える。	90	実行力
6	・ハンドトリートメントを学ぶ ・トリートメントオイルを作り、ハンドトリートメントの実習	・授業の開始時に小テスト(筆記)(答合わせ後、P28～32 108. 109 フィードバックする) 講義 P52～53、実習(ハンドトリートメント)、感想カード	・積極的に実習に参加し、ハンドトリートメントを行うことができる。	(予習) P35～41 113. 115 希釈濃度について確認すること。 (復習) 授業で学んだハンドトリートメントを復習しながら行い、相手の感想などを確認する。	90	傾聴力
7	・アロマセラピーを実践する① ・ブレンドにチャレンジしてルームスプレー作り	講義 P35～41 113. 115、実習(ルームスプレー)、感想カード	・自分好みのルームスプレーを作ることが出来る。	(予習) P42～48 120. 121 各利用法の精油の敵数を確認する。 (復習) 希釈濃度の計算が出来るようにする。	90	規律性
8	・アロマセラピーを実践する② ・精油を使ったコスメ作り(バスボム)	・授業の開始時に小テスト(筆記)(答合わせ後、P35～41 フィードバックする) 講義 P42～48 120. 121、実習(バスボム)、感想カード	・利用法による 滴数の違いを理解し、バスボムを作成できる。	(予習) P49～54 122. 126 各利用法の精油の滴数を確認する。 (復習) 各利用法の注意事項を復習すること。	90	実行力

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
9	・アロマテラピーを実践する③ ・精油を使ったコスメ作り(クリーム)	・授業の開始時に小テスト(筆記) (答合わせ後、P42～48 120.121 フィードバックする) 講義 P49～54 122.126、実習(クリーム)、感想カード	・利用法による注意事項を学び、クリームを作成できる。	(予習)アロマ石けん作りのデザインイメージを考える。 (復習)利用法について整理し、確認する。	90	実行力
10	・精油、ハーブを使用したオリジナルのアロマ石けん作り	・授業の開始時に小テスト(筆記) (答合わせ後、P49～54 122.126 フィードバックする) 講義(プリント)、実習(アロマ石けん作り)、感想カード	・独自のオリジナルなアロマ石けんを作成できる。	(予習)P56～60 教科書を読み込み、精油が身体に伝わる経路を確認する。 (復習)オリジナルの石けんを作った感想やイメージを感想カードまとめ、記入すること。	90	発信力
11	・アロマテラピーのメカニズム	講義 P56～60、感想カード	・アロマテラピーが心身に作用する経路を理解し、メカニズムを説明できる。	(予習)P62～67 健康を維持する為の生活習慣と、精油の役立て方を確認する。 (復習)教科書に出てくる単語の意味を整理し、伝達経路を復習する。	90	規律性
12	・アロマテラピーと美容と健康① ・アロマクラフト(目的別サシェ作り)	・授業の開始時に小テスト(筆記) (答合わせ後、P56～60 フィードバックする) 講義 P62～67、実習(サシェ)、感想カード	・独自のオリジナルなサシェを作成できる。	(予習)P68～74 124.125 スキンケアや各悩みに役立てるアロマテラピーの利用法を確認する。 (復習)健康面でのアロマテラピーの活用方を理解する。	90	創造力
13	・アロマテラピーと美容と健康② ・アロマクラフト(文香作り)	・授業の開始時に小テスト(筆記) (答合わせ後、P62～67 フィードバックする) 講義 P68～74 124.125、実習(文香)、感想カード	・健康と美容の場面でのように精油を利用出来るかを理解し、アロマクラフトを作成できる。	(予習)P76～81 どのような歴史があるか教科書を読み込むこと。 (復習)美容とヘルスケアでの利用法と精油の種類を確認、復習する。	90	主体性
14	・アロマテラピーの歴史①	・授業の開始時に小テスト(筆記) (答合わせ後、P68～74 フィードバックする) 講義 P76～81、感想カード	・アロマテラピーの歴史について理解し、説明できる。	(予習)P82～83、88～92 アロマテラピーと歴史、関わる法律について教科書を読み込むこと。 (復習)各時代ごとのエピソードや背景をまとめ、確認する。	90	主体性
15	・アロマテラピーの歴史② ・アロマテラピーに関する法律 ・総まとめ ・精油を使ったコスメ作り(ボディジェル)	・授業の開始時に小テスト(筆記) (答合わせ後、P76～81 フィードバックする) 講義 P82～83、88～92、実習(ボディジェル)、感想カード	・アロマテラピーの歴史、アロマテラピーに関わる法律を理解し、説明できる。	(復習)各時代ごとのエピソードや背景をまとめ、確認する。 アロマテラピーに関する法律を復習すること。	90	実行力

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力