

2024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。 ⑥ アロマセラピー1級に合格するための知識を理解する。 ⑦ 日常生活にあるものを精油をつかって実際に制作してみる。	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。 ⑥ アロマセラピー1級が受けられる知識をもつことができる。

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、次の授業で感想をききます。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	0	①		⑥			
				②					
				③					
				④					
				⑤					
	平常評価	小テスト		40	①	✓	⑥	<ul style="list-style-type: none"> ・14回目の授業中のまとめ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、全授業内でのアロマセラピー1級に沿って学習した内容とする。 	
					②	✓			
					③	✓			
					④				
					⑤				
		レポート		30		①	✓	⑥	<ul style="list-style-type: none"> ・13回目の授業の終わりに、これまで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）		20		①	✓	⑥	<ul style="list-style-type: none"> ・これまでの作品制作への取り組み方 ・積極的に制作に取り組み、内容を理解しているか 		
				②					
				③					
				④					
				⑤					
学修行動	社会人基礎力（学修態度）		10	①	✓	⑥	<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】 まとめテストに向けて予習を行い、取り組んでいること。 ・【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】 レポートをだす際、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"> ・授業内の総合テスト（14回目授業）、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 総合テスト90点以上 +感想レポート合計 45点 A 総合テスト 80点以上 +感想カード 合計 40点以上 	<ul style="list-style-type: none"> ・総合テスト、アロマセラピーの基本を理解でき、感想レポートに内容が反映させることができること。 B 総合テスト 70点以上 感想カード 合計 35点以上 C 総合テスト 60点以上 +感想カード 合計 30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	<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・体調アンケート 	講義 (p130～p135)、 実習 (香りのイメージ体験)、 体調アンケート	積極的に香りにふれ、 検定や講座の流れを理解している。	(予習) P130～135 アロマセラピー検定について確認する。 (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	<ul style="list-style-type: none"> ・顔の筋肉と構造 ・精油をつかったヘッドオイルづくり ・リフトアップトリートメント 	<ul style="list-style-type: none"> ・講義 (オリジナル) ・実習 (ブレンドオイルづくり) ・実習 (自分自身へのトリートメント) 	<ul style="list-style-type: none"> ・積極的に実習に参加し、ブレンドオイルを制作した ・積極的にトリートメントの手順を覚えて実践していた 	(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	<ul style="list-style-type: none"> ・アロマセラピーとメカニズム ・香りが与える心理学 	<ul style="list-style-type: none"> ・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 P56～59、 	アロマセ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) P56～59 脳へ香りが与える影響を確認する。 (復習) 香りが伝わる経路を復習する	90	実行力
4	<ul style="list-style-type: none"> ・皮膚構造 ・皮膚診断 ・精油を使ったコスメ作り (お肌にあった化粧水作り) 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の開始時に小テスト (筆記) (答合わせ後、P56～59 フィードバックする) 講義 P22～26、実習 (化粧水) p60 	・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) P22～26 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	<ul style="list-style-type: none"> ・アロマセラピーの安全性 ・取扱い方 (希釈率、法律) ・希釈率を意識したトリートメントの作り方 (ハンドオイル) 	<ul style="list-style-type: none"> ・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 P28～35・P88～92、実習 (ハンドオイル) 	・精油の安全な使用法・法律を理解し、ハンドオイルを作成できる。	(予習) P28～35・88～92 希釈率・法律をしっかりと理解する (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	<ul style="list-style-type: none"> ・手浴・足浴の知識 ・ハンドトリートメントを学ぶ ・ハンドトリートメント実践 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の開始時に小テスト (筆記) (答合わせ後、P28～35 88～92 フィードバックする) 講義 P46～47・P52～53、実習 (ハンドトリートメント) 	・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) P46～47・P52～53 手浴・沐浴について理解すること。 (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	<ul style="list-style-type: none"> ・アロマセラピー1級にでてくる香りのでき方・種類 ・アロマルームスプレーづくり 	講義 P18～21・P94～128、実習 (ルームスプレー)、感想カード	<ul style="list-style-type: none"> ・それぞれの精油の抽出方法を理解する。 ・自分好みのルームスプレーを作ることが出来る。 	(予習) P18～21・P94～128 各精油の抽出方法を理解する。 (復習) どの精油がどの抽出方法かわかるようにする。	90	規律性
8	<ul style="list-style-type: none"> ・入浴方法・大切さ ・精油を使ったコスメ作り (バスボム) 	<ul style="list-style-type: none"> ・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 P62～63、実習 (バスボム) 	・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) P62～63 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	<ul style="list-style-type: none"> ・紫外線の仕組み ・市販の日焼け止めとの違い ・日焼け止めづくり 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の開始時に小テスト(筆記)(答合わせ後、P62～63フィードバックする) 講義 P62～63、実習(日焼け止めクリーム) 	<ul style="list-style-type: none"> ・市販との違い・利用法による注意事項を学び、クリームを作成できる。 	<ul style="list-style-type: none"> (予習) 日焼け止めの必要性を考える。 (復習) 利用法について整理し、確認する。 	90	実行力
10	<ul style="list-style-type: none"> ・経皮吸収について ・市販の石鹸との違い ・精油を使用したオリジナル石鹸づくり 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の開始時に小テスト(筆記)(答合わせ後、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) 	<ul style="list-style-type: none"> ・独自のオリジナルなアロマ石けんを作成できる。 	<ul style="list-style-type: none"> (予習) P36～39 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	<ul style="list-style-type: none"> ・女性ホルモンの仕組み ・ホメオスタシスの知識 ・ボディオイルのブレンドづくり 	<ul style="list-style-type: none"> 講義 P64・P66～67 実習(body oil) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ホルモンや体のバランスについて理解し、あわせてボディオイルを作成できる。 	<ul style="list-style-type: none"> (予習) P64・P66～67 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する。 	90	規律性
12	<ul style="list-style-type: none"> ・自律神経の仕組み ・ロールオンボトルづくり(香水) 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の開始時に小テスト(筆記)(答合わせ後、P64・P66～67 フィードバックする) 講義 P62～67、実習(62) 	<ul style="list-style-type: none"> ・自律神経について理解し、ロールオンボトルを作成できる。 	<ul style="list-style-type: none"> (予習) P62～67 自律神経について理解し、自分の体の状態を確認する。 (復習) 健康面でのアロマセラピーの活用方を理解する。 	90	創造力
13	<ul style="list-style-type: none"> ・アロマセラピーの歴史 ・今までの授業の感想レポート 	<ul style="list-style-type: none"> ・講義(p76～85) ・今までの授業の内容をレポートにして提出 	<ul style="list-style-type: none"> ・アロマセラピーの歴史について理解し、説明できる。 	<ul style="list-style-type: none"> (予習) P76～85 どのような歴史があるか教科書を読み込むこと。 (復習) アロマの歴史を理解する 	90	主体性
14	<ul style="list-style-type: none"> ・総合テスト ・アロマクラフト(くちびるパック) 	<ul style="list-style-type: none"> ・アロマセラピー1級にそった総合テスト ・くちびるパックをつくり、実際にしようしてみる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・総合テストの予習をしてしっかりと参加することができる。 ・クラフトの成分などを理解して、積極的に参加することができる。 		90	主体性
15	<ul style="list-style-type: none"> ・総まとめ ・アロマクラフト(サシェ作り) ・感想カード 	<ul style="list-style-type: none"> ・講義(p ・感想カードの返却 ・実習(エッセンシャルオイルを使ったサシェ作り) 	<ul style="list-style-type: none"> ・サシェの作り方&日常での使い方を理解して、積極的に実習に参加できている。 	<ul style="list-style-type: none"> (復習) 	90	実行力 創造力 傾聴力

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