

2025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			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		・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		・13回目の授業の終わりに、今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		・今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		・【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
・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	・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	・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。 今後の授業で使用する エッセンシャルオイルと市販のオイルとの差を 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	・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 ・感想カード	・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) 持ち物：かがみ	・顔の筋肉をしっかりと理解する ・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	・アロマセラピーとメカニズム ・香りが与える心理学	・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 ・感想カード	アロマセラピーが心と脳に与える影響を理解し、 そのうえで自分が選んだ香りの影響を理解する。	(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	・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)	・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 ・感想カード 持ち物：かがみ	皮膚の構造を理解したうえで、自分の肌質を判断し、 自分の肌質に合った化粧水を作成する。 化粧水につかう材料を理解する。	(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	・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)	・授業の開始時に小テスト (筆記) ・小テスト答合わせ後、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) ・感想カード	・精油の安全な使用方法・希釈率の計算方法・法律を理解する ・ハンドオイルの材料を理解して作成できる。	(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	・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	・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) ・感想カード 持ち物：おけ・タオル	・手浴・足浴の方法を理解し、実践する ・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	・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	・授業開始時に小テスト ・講義 P18～21・P94～128、実習 (ルームスプレー) ・感想カード	・アロマセラピー1級の香りを嗅ぎ、特徴を理解する。 ・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	・入浴方法の大切さ ・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 P62～63、実習 (バスボム) ・感想カード	・入浴の入り方と滴数の違いを理解する ・バスボムの材料を理解して積極的に作成できる。	(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	・経皮吸収について ・市販の石鹸とに違い ・精油を使用したオリジナル石鹸作り	・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） ・感想カード	・経皮吸収を理解する ・石鹸に使う材料を理解したうえで積極的にオリジナルのアロマ石けんを作成できる。	（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	実行力
10	・アロマセラピーの歴史 ・前回の石鹸カット	・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（p76～p85）、実習（前回の石鹸カット） ・感想カード 持ち物：カッターorはさみ	・アロマセラピーの歴史のついて理解できている。	（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	発信力
11	・自律神経の仕組み ・ロールオンボトル（香水）づくり	・授業の開始時に小テスト（歴史）（答合わせ後、p76～85フィードバックする） ・講義 P62～67、実習（香水作り） ・感想カード	自律神経について理解し、自分にあったオリジナルのロールオンボトルを作成できる。	（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法を理解する。	90	規律性
12	・紫外線の仕組み ・市販の日焼け止めとの違い ・日焼け止め作り	・授業開始時に小テスト（歴史） ・講義（p62～63） ・実習（日焼け止めづくり） ・感想カード	・紫外線のしくみ ・市販の日焼け止めとの違い ・利用法による注意事項を学び、日焼け止めクリームを作成できる。 ・日焼け止めに精油を使う上での注意点を理解する	（予習）日焼け止めの必要性を理解する （復習）利用法について整理し確認する	90	創造力
13	・グロス作り ・オンデマンド用body oilづくり ・まとめテスト	・授業開始時（いつもよりも少し多いまとめテストをします） ・実習：グロスの市販のものとの違いも理解したうえで、オリジナルのグロス作り ・オンデマンド用のoilづくり ・感想カード	・中テストに積極的に参加する ・グロスづくりでの材料や作り方を理解して、積極的に作成に参加している。	（予習） （復習）	90	主体性
14	【オンデマンド】 ・ホルモンの仕組み ・ホメオスタシスの知識	【オンデマンド】 ホルモンや体のバランスについて理解し、積極的に課題レポートを記入できる。	・ホルモンや体のバランスについて理解し、レポートにまとめることができる。	（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	主体性
15	・アロマクラフト（サシェ作り） ・まとめ感想カード	・授業1～13までの感想カード&テストの返却 ・実習（エッセンシャルオイルを使ったサシェ作り）	・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。		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