



Intermediary Clinical Aromatherapy Association
一般社団法人ICAA インターメディアリークリニカルアロマセラピー協会

News Letter

VOL.02



平素より、会員の皆様には協会活動にご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。
今年二月に無事、十周年を迎えた直後からの新型コロナウイルス感染拡大となりました。皆様元気でお過ごしでしょうか？
今まで経験したことのない事態で家庭でも仕事でも心配な日が続いております。

得体の知れないコロナウイルスなのですが、私たちにはアロマという強い味方があります。

抗ウイルス作用や免疫刺激作用のアロマ生活で乗り越えていきましょう。

また、毎年恒例の交流会は新型コロナ収束の兆しを見せない中、中止とさせて頂きます。早く収束し、皆様と交流ができることを切に願っております。

2月には交流会の代わりに動画配信を考えております。詳細は決まり次第ご案内させて頂きます。

新しい年が良き年となりますよう 皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

ICAA 会長 岩橋知美

会員の皆様の質問や活動報告を募集します

今後、NweaLetter では会員の皆様の活動や症例報告などもご紹介予定です。

皆様にぜひ共有したい！という情報などお待ちいたしております。

また、活動していて困ったこと、質問なども公開でお答えしていきたいと思っております。

会員の皆様との交流の場としても活性化して参りますのでよろしくお願い申し上げます。

連絡先はこちら icaa-info@aroma-life.net



pick up



【会長オススメ 季節の精油 01】

クリスマスブレンド（芳香浴）

- ・バルサムモミ
- ・フランキンセンス
- ・マンダリン
- ・シナモンリーフ

★抗菌作用や呼吸器系への有用性と、エステル類を含んだ心を落ち着かせるブレンドです。

★シナモンリーフは1滴だけ、スパイス的な役割に。

★バルサムモミがない場合は、ジュニパーやブラックスプルスで

クリスマスはキリストの生誕を祝う日ですが、元々はローマの冬至の日。冬至は長くて暗い、実りのない冬が終わり、新しい世界が始まる日と考えられていたようです。まさにコロナの収束を願うにはもってこいの日ですね。

新しい世界に思いを馳せて、精油とともにあったかいクリスマスをお過ごしください。



【会長オススメ 季節の精油 02】



年越し前に1年の邪気を払うために浄化の精油を使ってみてはいかがでしょうか。浄化は定期的に行った方がより効果的です。

・ジュニパー（アロマバス）

魔除けの木といわれ宗教儀式で炊かれていたともいわれています。もちろん、体内の毒素を排出する作用の強い精油はご存じの通りです。

・セージ（芳香スプレー）

ホワイトセージはネイティブアメリカンの宗教儀式や薬草として使われていたのは割とよく知られています。

☆お好みで柑橘系の精油をプラスするとより優しい香りになります。