



フィットセラピーHerb&Aroma 教室 Aranjia

日本フィットセラピー協会認定資格取得講座

フィットセラピーHerb&Aroma 教室 Aranjia（あらんじあ）では（一社）日本フィットセラピー協会認定の資格取得講座を開催しています。

「フィットセラピーベーシック講座」「アロマリエ認定講座」「ハーブティーソムリエ講座」

の3講座を修了されますと、「フィットセラピーアドバイザー」の認定資格が得られます。

※アロマリエ認定講座、ハーブティソムリエ認定講座はそれぞれの講座のみの修了で「アロマリエ」、「ハーブティソムリエ」資格を取得することができます。

※興味や用途に応じて、協会員でなくても1講座ずつ受講することも可能です。

※フィットセラピーアドバイザー認定には、協会員であること、かつ認定申請書の提出が必要となります。

フィットセラピーベーシック講座

<座学>

- ◎フィットセラピーとは
- ◎私たちに役立つ植物の特徴とはたらき
- ◎自然療法と自然治癒力
- ◎植物油とその活用法

<実習>

- * 五感と遊ぶハーブ手浴
- * トリートメントオイルづくり
- * ハーブの浸出油づくり
- * ハーブティーの楽しみ方
- * 薬酒（チンクチャー）づくり

アロマリエ講座

<座学>

- ◎アロマセラピーの楽しみ方・暮らしへの役立て方
- ◎アロマセラピーのメカニズム
- ◎精油の抽出法
- ◎精油のはたらきについて
- ◎香りのイメージワーク

<実習>

- * アロマローションづくり
- * アロマミストづくり
- * アロマバスソルトづくり
- * トリートメントオイルづくり
- * 精油の蒸留体験 他

ハーブティーソムリエ講座

<座学>

- ◎ハーブティーの基礎知識
- ◎ハーブティーの効果
- ◎ハーブティーの美味しい淹れ方
- ◎ハーブティーのブレンド方法
- ◎単品テイスティング&アレンジティーテイスティング

<実習>

- * ハーブティーテイスティング
- * 好みのハーブティーを見つけてみよう
- * 季節のアレンジティー
- * 五感で選ぶハーブティー実践
- * オリジナルブレンドづくり

上記3講座に加え、「フィットヘルスケア講座」「フィットストレスケア」「フィットビューティーケア」「フィットボディケア」の4講座を受講することで「フィットセラピスト」資格が認定されます（2021年2月より4講座随時開催予定）