

# メディカルアロマテラピー 基本レシピ

植物の天然の恵みを最大限に有効活用  
今の貴方にマッチしたアロマブレンドを  
ご一緒に見つけて参りましょう！

お背中などの痒みに	T-ゾーンニキビ	重度のアトピークリーム	育毛ウォーター (男性)
冷え症やむくみに	U-ゾーンニキビ【1】	軽度のアトピー乳液	育毛ウォーター (女性)
頭痛・肩こり・腰痛	U-ゾーンニキビ【2】	中度のアトピージェル	ヘアケア・ウォーター
ホルモンバランス調整	ニキビ/吹き出物【1】	ラベンダーウォーター	免疫促進ジェル【強】
ブチラツ症状の緩和に	ニキビ/吹き出物【2】	アレルギー体質免疫調整	免疫促進ジェル【普】
抗うつ剤の代用アロマ	ニキビ痕のケアジェル	花粉症緩和ジェル【1】	不眠症用鎮静ジェル
嫌〜なセルライト除去	背中ニキビ痕ジェル	咳止めジェル【1】	自律神経安定ジェル
ストレスの食欲不振・過食	ストレスのニキビ対応ジェル	咳止めジェル【2】	皮膚弾力回復 (SB)
虫刺され/切り傷ケア【強】	背中ニキビジェル	靴ずれ & 脱毛後のケアジェル	皮膚引き締め (SB)
虫刺され/切り傷ケア【普】	眼のクマ対策ジェル	美脚マッサージクリーム	皮膚細胞活性化 (SB)
花粉症緩和ジェル①	脂質性ニキビ・吹き出物ジェル	ホルモン分泌異常調整ジェル	咳止めジェル【1】
花粉症緩和ジェル②	脂質性ニキビ・吹き出物化粧水	ホルモン分泌異常調整化粧水	咳止めジェル【2】

これらのレシピは、こちらの書籍に全て掲載されています。

NPO法人 日本メディカルアロマテラピー協会理事長 吉田晶一著  
天然植物の力で生まれ変わる！『塗るだけ10日でアロマ美人』  
文芸社ビジュアルアート発行 定価 (本体1,200円+税)

ここにある全ての基本レシピを基にして、  
“貴方だけの”さらなるブレンドをお作りします！

より快適な暮らしを実現しましょう！



書籍も弊社にてお取り扱いしております。精油・基材類とご一緒に、お気軽にご用命ください。

(株) エssenシャルライフサポート <http://www.els-coaching.co.jp> [inq@els-coaching.co.jp](mailto:inq@els-coaching.co.jp)