

## 花粉シーズンブレンド

当スクールが自信をもってお届けする花粉症でお困りの方のためのエッセンシャルオイルです。

数多くあるエッセンシャルオイルの中でも花粉症に良いと言われているラベンダー、ティートリー、ユーカリ、オーストラリアペパーミントをブレンドして作ったものです。オセアニア地帯のエッセンシャルオイルは非常に香りがやわらかいのが特徴です。

天然成分 100%のエッセンシャルオイルをブレンドしました。

(薬用グレードとしてもご利用いただける高品質な精油をブレンドしていますので安心してお使い頂けます。)



### 《ティートリー》



ティートリーのテルピネン-4オールは、抗菌作用や抗炎症作用、免疫機能を高める働きもあることから、花粉症に非常に良い効果を発揮すると言われています。

通常、テルピネン-4オールが35%以上あれば優良品と言われていますが、当薬局使用のティートリーには40%以上含まれています。

またさわやかな香りが、花粉症特有のストレスも解消してくれます。

### 《ユーカリ》



呼吸が楽になった、鼻の通りが良くなったなど花粉症に評判が高いのがユーカリです。

ユーカリラディアータ、ユーカリグロブルス共に鼻粘膜の炎症や、呼吸器系に役立つ1,8 シネオールを多く含みます。ラディアータとグロブルスは、作用する箇所が違うので両方を組み合わせるとより効果的と言われています。

花粉シーズンブレンドにはラディアータとグロブルスの両方が入っています。

### 《タスマニアンラベンダー》《ニュージーランドラベンダー》



ラベンダーに多く含まれる酢酸リナリルやリナロールは、抗炎症作用、殺菌作用に優れていると言われていますので、花粉症によるくしゃみや鼻づまりを鎮静化してくれます。

このタスマニアンラベンダーとニュージーランドラベンダーは島の豊かな土壌、新鮮な空気、澄んだ水で育ったラベンダーから抽出した精油で最高の香りをもつと言われています。

### 《オーストラリアペパーミント》



ペパーミントの主成分であるメントール、メントン、1,8 シネオールなどそれぞれに抗アレルギー効果（ヒスタミンの遊離抑制）があることが確認されています。

このオーストラリアペパーミントは食品添加物としても利用できるクラスの安全で高品質なものです。

☆☆今年の花粉シーズンは、『花粉シーズンブレンド』を+αして爽やかに乗り切りましょう☆☆

## リビングや寝室で

ディフューザーなどでミストと共に部屋に香りを広げます。



鼻が詰まって寝苦しい夜は枕カバー（肌に当たらない所）に1滴つけると、すっ~とした香りが鼻づまりを楽にしてくれます。

★シミになることがありますので見えな  
いところで確認してから使用して下さい



## マスクにもう一工夫

マスクにオイルを含ませる方法です。

一滴では香りが強すぎる方はつまようじの先にエッセンシャルオイルをとり、直接肌に触れない所に塗りましょう。

呼吸するたびに心地より香りが鼻やノドを通り、鼻づまりやのどの痒みなどの緩和に役立ちます。



## くしゃみや鼻水、鼻づまりがひどくて、なかなか眠れない！！

トリートメントオイルで、胸から首にかけて片手で円を描くようにして軽くさすりながら、ゆっくりと大きく深呼吸をしましょう。

身体が温まっている入浴後にマッサージするのが最適です。

精油の種類の違いや個人差もあるので、必ず、トリートメントの前には、パッチテストを行い、安全を確認の上で使用することをおすすめします。



### 【トリートメントオイルの作り方】

ピーカーにホホバオイル等キャリアオイル(10ml)を入れ、

花粉シーズンブレンドを2滴加えて、ガラス棒などでよく混ぜ合わせれば、出来上がりです。

トリートメントオイルはガラス製の遮光ビンに入れて保存し、2週間位を目安に使いきりましょう。

※3才以下のお子様は肌に塗らない様にして下さい。

### 《パッチテスト》

トリートメントオイルを前腕部の内側に適量塗り24~28時間放置します。

皮膚にかゆみや炎症など異常がおこらないかどうか確認します。パッチテストで異常があった場合は、すぐに大量の水で流し、場合によっては石鹸を使用して下さい。その精油は体質に合いませんので、肌に直接触れる使い方はやめましょう。

∞何かご質問やご相談がございましたら、お気軽にお申し付け下さい∞

ハーブアロマテラピースクール 059-321-5300 info@mamirima.com

## お車で

運転中、鼻がムズムズして運転に集中できない時にとっても便利な車専用のディフューザー（ドライブアロマ）にもお使いいただけます。

（別売り・1680円）



## マスクをしたくない方に

お手持ちのハンカチに、1~2滴エッセンシャルオイルを落として、持ち歩きましょう。

香りを嗅ぐだけでも、ムズムズ感などの不快感を和らげる効果があります！

香りが薄れてきたら、追加してエッセンシャルオイルを落として下さい。

ハンカチ以外にコットンやティッシュなどを使って頂いても大丈夫です。

（ハンカチに落とす時は、シミになることがありますので注意して下さい。）

