

AROMATHERAPY  
VOLUNTEER  
GUIDE

---

アロマセラピー ボランティア活動のすすめ

公益社団法人  
日本アロマ環境協会

info@aromakankyo.or.jp  
www.aromakankyo.or.jp

www.facebook.com/aromakankyo  
twitter.com/aromakankyo  
www.instagram.com/aromakankyo\_aeaj

03/2021.10





アロマセラピーの癒やしのチカラで  
ボランティア活動をしてみませんか。

AEAJでは、アロマセラピーを通じたボランティア活動に  
取り組む方々のサポートをしています。

ボランティアの活動内容はさまざまです。

自分が学んだ知識や技術を活かせる場所がきっとあるはず。

待っているのは、たくさんのお会いや笑顔です。

さあ、あなたもアロマセラピーボランティアをはじめませんか。

ボランティアってなんだろう。

AEA Jが考えるボランティア活動の特性は以下の4つです。

POINT  
1

### 自発性

ボランティアは、「有志」を意味するvolunteerから来る言葉。人から強制されたり、「やらなくてはいけない」という義務としてではなく、自発的に「やりたい」と思う気持ちに基づいて行う主体的な活動がボランティアであるといえます。

POINT  
2

### 非営利性

ボランティアは、原則として無償の活動です。金銭的な報酬を求めて行う活動ではありません。しかし、お金では得られない素晴らしい経験が得られることがあります。それは出会いや発見、感動・喜びというあなたの気持ちのエネルギーとなるものです。



POINT  
3

### 自由で多彩な活動

ボランティアでは、テーマを自由に選び、多彩な活動をすることができます。「こうでなければいけない」という既成概念にとらわれることなく、自由な発想やアイデアを大切にしながら、自分たちで方法やしぐみを考え、創り出していくことができます。

POINT  
4

### 対等な関係

ボランティアを行う側と、ボランティアを受ける側は、対等な関係です。受け手には、断る権利があります。「してあげている」という考え方は厳禁。善意の押し付けにならないよう、十分に配慮しましょう。



## 広がるアロマセラピーボランティア

香りを楽しむアロマクラフトや、  
リラックスできるアロマセラピートリートメントなど。

さまざまな場所で、さまざまな方たちに向けて、  
さまざまな内容でアロマセラピーボランティアを  
実施することが可能です。

自治体や地域の施設はもちろんのこと、  
もっと身近な生活の場にも  
アロマセラピーボランティアの  
活動のフィールドは広がっています。

## 福祉施設・医療施設

各施設の利用者やスタッフなどへの活動

- ・病院 ・高齢者施設
- ・障がい児/者施設 など



## 教育関連施設

児童、生徒、職員、父母などへの活動

- ・学校 ・幼稚園/保育園
- ・PTA など



## 身近な地域の施設、 イベント

利用者や働くひとへの活動

- ・児童館 ・公民館 ・市役所/区役所
- ・町内会や自治会のイベント など



## 被災地

被災された方への支援、  
支援者への協力など



## その他

植物や自然を守る活動など

- ・植物園 ・自然園 ・公園
- ・森林 ・里山 など



## 基本の心得とポイント

### 1 | 無理なく続けられる活動にする

相手にも自分にも無理のない活動をしましょう。こちらの割ける時間や人数を考えた内容でなければ、結果的に先方に迷惑をかけることになる場合も。頼まれても、できないことはできないとはっきり伝えることも大切です。

アロマテラピーボランティアの場合は、医薬品医療機器等法などの関連法規に抵触しないよう、自分が責任を持てる範囲の言動を心がけましょう。

### 2 | 相手や関係者の立場を尊重する

よかれと思ったことでも、安易な自己判断で行動すると、相手にとって迷惑になることがあります。相手の立場に立って考えるという基本を忘れないようにしましょう。アロマテラピーボランティアの場合、香りが苦手な方もいらっしゃることを考慮し、精油の使用を控えめにしたり、こまめに換気するなどの心遣いも必要です。

アロマテラピーに限らず、ボランティアを行う際には守るべきルールがあります。ここでは基本的な項目をご紹介しますが、実際には活動先や相手の状況に合わせて、さらに細かい配慮が必要です。また、アロマテラピーボランティアを行う際は、必ず自分の保持する資格に適した内容で実施しましょう。

### 3 | 受け入れ先（施設・団体）と事前に打ち合わせをする

当日の運営についてだけでなく、何か起きた時の対処法や責任の所在についても取り決めておくことが大切です。関係者に意識のずれがないようにしておきましょう。

### 4 | 約束は必ず守る

信頼関係が大切です。約束は必ず守りましょう。体調不良などで活動できなくなった場合は、なるべく早めに関係先に連絡をしましょう。

### 5 | 安全・衛生・服装に配慮する

事故が起こらないよう、安全には十分に配慮しましょう。活動前後には手洗いと除菌も忘れずに。服装は、活動場所や内容を考慮し、TPOに合わせてみましょう。チームで活動する際は、おそろいのエプロンをつけるのもおすすめです。

## アロマテラピーボランティア活動例

アロマテラピーボランティアでできることは、トリートメントだけではなく、ご自身の保持する資格の範囲でも、工夫すればいろいろな活動を実施することができます。ここでご紹介するのは実際の事例の一部です。活動される際のヒントにしてください。

### アロマテラピーアドバイザーの方は

折り紙などクラフト作りをしてみましょう。また、ディフューザーで香りを焚いての読み聞かせなども人気があります。

### アロマテラピーインストラクターの方は

クラフトの他に、セミナー形式でアロマテラピーの楽しみ方を伝えるなど、より幅広い活動を行ってみてください。

### アロマセラピスト・アロマハンドセラピストの方は

やはり人気が高いのがトリートメント。事前にパッチテストをする、施術後はきちんと拭き取るなど、安全な実施を心がけてください。



### クラフトの例

難易度 ★簡単 ★★★ふつう ★★★★★ややむずかしい



#### 犬のサシェ

★★

タオルを丸めて犬の形にし、頭の部分に香り付けしたコットンを入れています。



#### 折り紙（四角）

★

四角い袋を折り、中に香り付けしたコットンを入れます。両面の折り紙を使うと華やかに。



#### 折り紙（コップ）

★

コップのカタチに折り、中に香り付けしたコットンを入れます。柄の折り紙で作るのがおすすめ。



#### ウッドチップのサシェ

★

精油のついたウッドチップでサシェを作ります。シールやリボンでデコレーションしても。



#### コルクのストラップ

★★

コルクは水分を吸いこむので、精油を垂らしてヒモを付けるだけで、香りのストラップに。



#### アロマスプレー

★★★★

無水エタノールに精油を入れてよく溶かし、精製水を加えて、スプレーを作ります。ラベルのデザインを工夫すると喜ばれます。

## アロマセラピーボランティアに関するよくある質問

Q1  
アロマセラピーボランティアをはじめたいのですが、まずは何をしたらよいかわかりません。

A  
まずは一般的なボランティアの知識を学びましょう。地域のボランティアセンターや社会福祉協議会などで開催されている体験講座や入門セミナーを受けてみるのがおすすめです。

Q2  
活動場所はどのように  
みつけたらよいでしょうか。

A  
最初から個人で活動先を見つけるのはなかなか難しいもの。ボランティアセンターに登録するなど、まずは団体でのボランティア活動に参加するのがおすすめです。続けるうちに、活動先が見つかることも多いものです。AEAJ公式サイトの「ボランティア募集」で、仲間の募集をしていることもありますので、チェックしてみてください。

Q3  
活動したい施設などに  
アロマセラピーを理解してもらう  
ためにはどうしたらよいでしょうか。

A  
アロマセラピーになじみのない方に、言葉だけで理解していただくのは難しいものです。書面での提案書もちろん必要ですが、まずは先方の担当者に、実際にクラフト作りやハンドトリートメントを体験していただくことから始めてみましょう。アロマクラフトを提案する際には、見本を持参するのも忘れずに。AEAJのリーフレットもご活用ください。

Q4  
保険に加入した方がよいのでしょうか。

A  
AEAJ個人正会員になると自動加入となる「アロマセラピー賠償責任保障制度」は、トリートメントなどのアロマセラピー活動中に起きた事故に対する保障制度で、ボランティア活動中も対象になります。ただし、ケガや器物の破損など、アロマセラピー以外の部分はカバーされませんので、別途「ボランティア活動保険」への加入をおすすめします。ボランティア活動保険は、最寄りの社会福祉協議会などで加入できます。