

アロマセラピーインストラクター試験対策
精油学&アロマセラピーの歴史 理解度チェックシート

次の事柄について理解し説明できますか？
理解できていな事柄にチェックを入れ、自分の弱点を復習しましょう。

精油学 ― 各論①

31 種類の植物を分類しましょう。

- ☐科
- ☐製造法
- ☐抽出部位

精油学 ― 各論②

特徴成分を答えましょう。

- ☐ゼラニウム
- ☐ペパーミント
- ☐ユーカリ
- ☐ラベンダー
- ☐レモン
- ☐カモミール・ジャーマン
- ☐カモミール・ローマン
- ☐クラリセージ
- ☐グレープフルーツ
- ☐サンダルウッド・インド
- ☐サンダルウッド・オーストラリア
- ☐ジャスミン
- ☐ネロリ
- ☐パチュリ
- ☐ベチバー
- ☐ベルガモット
- ☐ベンゾイン
- ☐レモングラス
- ☐ローズアブソリュート
- ☐ローズオットー

精油学総論①

各テーマについて答えましょう。

- ☐ 水蒸気蒸留法、圧搾法、油脂吸着法、揮発性有機溶剤抽出法、超臨界流体抽出法について
- ☐ ノートについて
- ☐ 精油の物性について
- ☐ 芳香物質について
- ☐ 植物が精油を分泌する理由について
- ☐ ピュアナチュラル、オーガニック、ケモタイプ、ネイチャーアイデンティカル、偽和について
- ☐ 脱テルペン工程、脱フロクマリン工程について
- ☐ シナジー効果、クエンチング効果について
- ☐ 重合について
- ☐ LD₅₀ 値について
- ☐ 光毒性について
- ☐ 精油の伝達経路について

精油学総論②

精油の作用について答えましょう。

- ☐ 抗ウイルス作用
- ☐ 抗菌作用
- ☐ 抗真菌作用
- ☐ 殺菌作用
- ☐ 引赤作用
- ☐ エモリエント作用
- ☐ 覚醒作用
- ☐ 緩和作用
- ☐ 強壮作用
- ☐ 去痰作用
- ☐ 駆風作用
- ☐ 健胃作用
- ☐ 降圧作用
- ☐ 抗炎症作用
- ☐ 高揚作用
- ☐ 催眠作用
- ☐ 刺激作用

- ☐収斂作用
- ☐昇圧作用
- ☐消化・食欲増進作用
- ☐鎮痙作用
- ☐鎮静作用
- ☐鎮痛作用
- ☐通経作用
- ☐瘢痕形成作用
- ☐保湿作用
- ☐ホルモン調節作用
- ☐免疫賦活作用
- ☐利尿作用

精油学総論③

精油の化学について答えましょう。

- ☐アルコール類の官能基と特徴について
- ☐エステル類の特徴について
- ☐アルデヒド類の官能基と特徴について
- ☐ケトン類の官能基と特徴について
- ☐フェノール類の官能基と特徴について
- ☐オキサイド類の官能基と特徴について
- ☐ラクトン類の特徴について
- ☐1,8 シネオールについて
- ☐カマズレンについて
- ☐スクラレオールについて
- ☐ヌートカトンについて
- ☐ベルガプテンについて

基材論①

12 種類の植物油を分類しましょう。

- ☐科
- ☐抽出部位
- ☐性質（乾性油、半乾性油、不乾性油、植物油、ワックス）

基材論②

各テーマについて答えましょう。

- ☐ 植物油と植物脂について
- ☐ ヨウ素価について
- ☐ 飽和脂肪酸と不飽和脂肪酸について
- ☐ 乾性と不乾性について
- ☐ パルミトレイン酸について
- ☐ γ -リノレン酸について

アロマセラピーの歴史①

著者を答えましょう。

- ☐ 植物誌
- ☐ 博物誌
- ☐ マテリア・メディカ
- ☐ 神農本草経集注
- ☐ 医学典範
- ☐ 本草または一般の植物誌
- ☐ 広範囲の本草学書
- ☐ The English Physician

アロマセラピーの歴史②

人物を答えましょう。

- ☐ 『医学の父』と呼ばれる
- ☐ 『植物学の祖』と呼ばれる
- ☐ コールドクリームの創始者
- ☐ 芳香蒸留水を製造して医学に応用したアラビアの哲学者
- ☐ ロンドンのホロボーンに薬草園を開いたイギリスの植物学者
- ☐ 占星学者であり医学者でもあったハーバリスト
- ☐ オーアドミラブルの創始者
- ☐ 17世紀末、ビターオレンジの花の精油で皮手袋に香りづけをした人物
- ☐ 『アロマセラピー』という語を造語した化学者
- ☐ インドシナ戦争時、戦傷の治療に精油を用いたフランスの軍医
- ☐ 精油の薬としての特性や心理面、スキンケアに用いる方法をレナート・カヨラと研究した医師
- ☐ 柑橘系精油が不安神経症やうつ病的な症状に有効であることを臨床的に証明した人物
- ☐ 医粧療法の基礎を築きシデスコ賞を受賞した生化学者
- ☐ 1960~80年、アロマセラピースクールを開設した人物（2人）
- ☐ CNVと呼ばれる特殊な脳波を用いて香りの刺激作用や鎮静作用を研究した人物

アロマセラピーの歴史③

説明文に該当するものを答えましょう。

☐ イエス誕生の馬屋で東方の三賢人が捧げた品

☐ ハンガリー王妃の水の主要原料

☐ ケルンの水の主要原料

☐ ルネ・モーリス・ガットフォセが火傷に治療に用いた精油名