



特定非営利活動法人

日本ハーブ振興協会

認定資格

『 Herbal Aroma Creator 』

HAC 資格取得のためのガイドライン

NPO 法人日本ハーブ振興協会(NPO-NHA)は、その目的を実現するための活動の一つとして、ハーブの正しい普及を担う人々の育成やその人々を育成する機関、システムなどの普及をめざしています。

『Herbal Aroma Creator [HAC] 』は、ハーブの領域の中でのアロマ（芳香）に関することを中心として、正しい知識、使い方などを広く伝える能力を持ち、適切にアドバイスできると認められる方に与えられる資格です。

このガイドラインは、HAC を目指す方々、あるいはそれらを育成されようとされる方々のために、NPO 法人日本ハーブ振興協会が考える、HAC として必要な知識、情報の範囲・枠組みを示すものがあります。

HAC 認定資格は、どなたでも受験していただけます。

1、精油各論〔30種類〕

各精油の元となる植物の基礎知識、精油抽出部位、抽出方法、主な成分、主な作用、使用方法、禁忌（注意）事項などについての情報を必要とします。

イランイラン	オレンジ・スイート	カモミール・ローマン
クラリセージ	グレープフルーツ	サイプレス
サンダルウッド	ジャスミン	ジュニパーベリー
ゼラニウム	ティートリー	ネロリ
パチュリ	ブラックペッパー	フランキンセンス
ベチバー	ペパーミント	ベルガモット
ベンゾイン	マージョラム・スイート	
ミルラ	メリッサ	ユーカリ
ラベンダー	レモン	レモングラス
ローズ・アブソリュート		ローズウッド
ローズ・オットー	ローズマリー	

これらの精油は、現在日本において使用頻度が多く、一般性が高いものを選定いたしました。

ただし、状況の変化などで、30種類の内容、数においては将来変更になる場合もあります。

2、アロマセラピーの概略的な歴史

アロマセラピーに関しての歴史が、概略的に理解されること。とくに、精油と人間との関わりが、いつ頃から始まり、欧米を中心にどのような経緯をたどって現在に至っているのか、概略的につかめていること。アロマセラピー発展に貢献した人物についても把握していること。

3、トリートメントと精油活用のフィールド

精油を扱う上で、キャリアオイル、ハーブ、基材の使われているフィールドなどが認識されること。

具体的なフィールドとしては、芳香浴、沐浴、蒸気浴、湿布、タッチトリートメント（マッサージ）、スキンケア（パック、軟膏、クリーム、スキンローションなど）の方法を具体的に把握していること

4、精油学総論

- ① 精油の特徴
- ② 精油の抽出方法
- ③ 精油の取扱注意事項
精油を取り扱う場合に関係する法律や規制について、どのようなものがあるかが把握されていること。
安全に取り扱うために注意すべきこと、また、保存方法や使用期限の考え方なども把握されていること。
- ④ 精油の化学構造と化学族
- ⑤ 精油の成分と作用
- ⑥ 精油のブレンド

5、アロマセラピーのメカニズム

- ① 3つの経路のメカニズム
 - ・ 嗅覚経路
 - ・ 皮膚経路
 - ・ 肺経路
- ② 体内器官系（脳神経系、内分泌系、免疫系、消化器系など）への働き
のメカニズム

6、解剖生理学概論

主な身体の成り立ちや器官系（脳神経系、内分泌系、免疫系、消化器系など）などの働きについて、解剖生理学的な観点から基礎的事項を把握していること。

7、クオリティー・オブ・ライフ論

睡眠、運動、栄養、ストレス、生活習慣病などについての概論を理解していること。