

Winter's Essential Oil

香りに触れるだけでなんだか心が落ち着くのは、エッセンシャルオイルの不思議な魔法。植物のパワーを抽出したエッセンシャルオイルで、私たちのDNAに刻まれたカラダ本来の力を呼び起こしましょう。

プロが選ぶ注目の香り 香りの処方箋

ユズ & ゼラニウム

Yuzu orange

Rose Geranium



韓国ユズ

Yuzu orange

ユズ(学名: Citrus junos)はミカン科の柑橘類。中国から韓国へ、そして日本に伝わったユズは、栽培されている柑橘類の中では珍



しい果実です。個性的でフレッシュな強力な香りを持っています。

ユズの実皮は皮が厚く、非常に強い酸味があります。韓国では果皮ごと薄く輪切りにして、砂糖やハチミツに漬けたり、マーマレード状に煮込んだものをお湯で薄めて楽しむ「柚子茶」などが広く親しまれています。

果皮を圧搾し抽出したユズのエッセンシャルオイルは、血管を拡張させ血行を促進する働きがあり、体を温めてくれるため、冷え症や風邪の予防によいといわれています。

また、ユズの香りは、精神をしっかりとさせて集中力を強化したり、殺菌効果や防虫効果、意欲を増進したり、気分転換などに使われます。果皮に含まれるビタミンCやクエン酸などの働きによる美白効果が報告されています。

ほかのシトラス系のオイルに比べて、精神や気分をすっきりさせる働きがあるので、ユズの香りを携帯して、気分のリフレッシュに利用するのもよいでしょう。

ローズゼラニウム

Rose Geranium

一般にゼラニウムと呼ばれる植物は、フウロソウ科のペラルゴニウム属。ほのかにローズの香りがする甘くフレッシュなローズゼラニウムの精油。ゼラニウムの葉は、たくさんの異なるフレグランスを生み出すほど香りの幅が広く、リンゴからアブリコット、レモン、ライム、ローズ……と広がりを見せます。



古来ゼラニウムは、傷口や肌のさまざまなトラブル、腹痛の治療などに利用されてきました。殺菌効果があり、虫除けにも効果があります。

ゼラニウムの香りは、緊張をやわらげ、心を明るく高揚させてくれます。不安やストレスを緩和し、ホルモンの働きを調整するので、生理痛や生理不順、更年期のさまざまな症状のサポートに期待できます。

外用としては、キャリアオイルで軽く希釈し、直接簡単に塗布することができますが、ローションやハンドクリーム、シャンプーなどに加えるとよいでしょう。ボディやフェイシャル化粧品に取り入れると、油腺機能のバランスをととのえてくれる働きがあるため、ドライスキンにもオイリースキンにも適しています。

ゼラニウムロザ エッセンシャルオイル
15mg 2,835円
フランス ジャック・G・バルツ社



ビタミンマッサージオイル 【ゼラニウムロザ】

30ml 7,140円

優れた抗酸化作用を持つビタミンE。「セラリキッド ビタミンマッサージオイル(ゼラニウムロザ)」は、ビタミンE(d- α -トコフェロール)にγリノレン酸、リノール酸、 α リノレン酸をバランス良く配合。エッセンシャルオイルとアロマセラピーで心身を癒し、心と体のバランスをととのえます。

問セラ ☎03-5772-6469
<http://www.ceraworld.com/>

セラ治療院 院長 町田 久先生

76年、マッサージ治療院を開業。日本統合セラピスト教育協会会長、環太平洋アロマ代替療法協会会長、中国福建中医学院名誉教授。ビタミンEの重要性に着目し、分子栄養学に基づいた健康自主管理をテーマに、日本、フランス、中国、韓国、イギリスなどで積極的な活動を行っている。

