

アロマのブックリスト

ほんのり香るアロマバームを作ろう！

※資料は貸出中の場合があります。

『アロマ療法大全ードイツ発アロマセラピー実践ガイドー』

モニカ・ヴェルナー著 産調出版社 2009年11月刊

105の精油と15のキャリアオイルの詳細データが掲載されています。本書は長年セラピストとしてアロマセラピーを実践してきた著者により書かれています。アロマに興味のある人から医療従事者まで幅広く活用できる1冊です。

『アロマセラピーの科学』 鳥居鎮夫編 朝倉書店 2002年10月刊

すでにアロマセラピーを実践している人向けに、アロマセラピーを科学として紹介しようという目的で書かれた本です。基礎編では、精油の化学と薬理学、嗅覚の生理学、心理学の観点から解説。臨床編では、補完医療としてのアロマセラピーの臨床について、精神医学、内科学など西洋医学の立場から解説しています。

『調香師の手帖（ノオト）ー香りの世界をさぐるー』

中村祥二著 朝日新聞出版 2008年12月刊

資生堂で長年研究生活を送った調香師による「香りの世界」への道案内。植物、香水、ハーブ、スパイスなどの数千年の歴史と、歴史的人物と香りの関わり、文学や美術で表される香りを紹介しています。

『アロマセラピー精油事典ー150の精油ガイドー』

バーグ文子著 成美堂出版 2016年7月刊

150種類の精油をオールカラーで掲載しています。その他、アロマの基礎知識から精油のブレンド、セルフケアレシピも紹介されており、巻末に索引および150精油の症状別セルフケアリストもある使いやすい事典です。

その他にも図書館ではたくさんの資料があります。
どうぞご利用ください！



調布市立図書館50周年