

2026. 8. 1

No.15 【アロマワークショップの取り組み】

～香りとのづくりを通じた交流の場～

当院では、薬剤師も企画・運営するアロマワークショップを実施しています



ワークショップで大切にしていること

- 香りによるリラックス
- 利用者さん同士の交流
- 手を動かす楽しさ
- 達成感を味わうこと
- 安心できる居場所づくり



これまでの活動

【第一回】

アロマセラピーもアロマテラピーも どちらも「芳香療法」

(アロマセラピー：より専門的な治療やケア目的、アロマテラピー：一般的に普及している呼び方)

- 好きな香りを選ぶ
- 香りを楽しみながら深呼吸
- 自分の気持ちに目を向ける時間

【第二回】

- 香りを閉じ込めよう
- 好きな香りをブレンド
- 装飾品を入れてオリジナル香り袋を作成
- 自宅でも香りを楽しめる工夫

【第三回】

- ころほぐれる アロマスライムづくり
- スライム作り 色や装飾付けと香り付け
- 香りと感触を楽しむ体験



まとめ

毎回、デイケア担当者からの手作り資料の配布・振り返りの時間・作品の持ち帰りを行います
活動を重ねる毎に、参加者同士の会話や笑顔が増えていることを感じています
次回は参加者さんの反応を紹介します▶

