

<News Release>

2014年7月2日

報道関係各位

**あなたのアロマセラピー、実は間違っている！？**  
**約9割の女性がアロマセラピーを正しく理解していないことが判明！**  
～(公社)日本アロマ環境協会「アロマセラピーに関する意識・実態調査」を実施～

アロマセラピーに関する資格認定を行う公益社団法人 日本アロマ環境協会(略称:AEA J、東京都中央区)は、このたび、20～40代の一般女性300名およびアロマセラピー検定資格を保有する女性300名を対象とした意識・実態調査をおこないました。

**女性を中心に、すっかり日常に定着したアロマセラピー**

女性を中心に広がり、いまや日常生活に取り入れられることが多くなったアロマセラピー。アロマディフューザーなどで室内に香りを漂わせて楽しむのはもちろんのこと、アロマセラピートリートメント(エステ等)など、リラクゼーションやストレスケアを目的として、様々な場面で活用されています。

最近では精油を配合した化粧品(ナチュラルコスメ)や入浴剤などの市場も広がっており、AEA Jが過去に行った調査では、2011年度のアロマ市場の規模は2,654億円となっています。

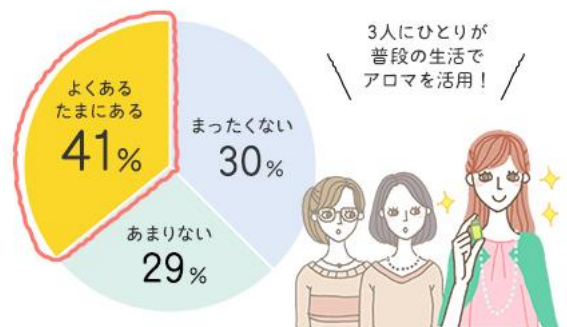
※(公社)日本アロマ環境協会「2011年 アロマ市場の構造と市場規模に関する調査」より

**女性の4割以上が普段の生活でアロマを活用**

実際に今回の調査においても、一般女性(「アロマセラピー検定」の保有者ではない方)300名を対象に、「普段の生活でアロマを活用することはありますか?」と聞いたところ、41%が「ある」と回答。

検定保有者ではなくとも、女性の4割以上が何らかの形で生活にアロマを取り入れているようです。また、「プチ不調を感じた時にアロマを使うことはありますか?」という質問でも、3割以上の女性が「ある」と答えています。

Q 普段の生活でアロマを活用することはありますか?



**アロマセラピー活用法は「勘違い」も多い!?**  
正しい知識を持ち合わせている人は、わずか1割台という結果に・・・

一方で、今回一般女性たちにアロマセラピーの基本に関する正誤チェックテストにチャレンジしていただいたところ、必ずしも正しい知識を持ち合わせているとは限らないことが判明しました。特に、次ページの問題は正答率が低い結果となりました。

質問	正解	一般女性の正答率
精油は、100%天然(植物由来)ではなくてもアロマセラピーに使用できる	×	38%
精油は直接肌につけて使うことができる	×	49%
アロマセラピートリートメントは、精油成分が肌から浸透し全身に作用する	○	65%

上記の問題のうち、**3問すべてを正解した方の割合は、わずか11%と約1割**。アロマセラピーを取り入れてはいるものの、思い込みや誤った情報のまま、自己流で行っている女性が多いことがうかがえます。

間違った方法でアロマセラピーを行うと、期待するような効果が得られなかったり、場合によっては肌に刺激を与えるなどのトラブルを起こしてしまうことがあります。

## アロマに関する「正しい知識」が身につく「アロマセラピー検定」

アロマセラピーを安全に楽しむためには、精油の取り扱い方法や心身の状態に合った選び方など、正しい知識が必要です。こうしたアロマセラピーに関する知識を学び、理解するために役立つのが「アロマセラピー検定」です。1999年に始まり、これまでに35万人以上が受験しています。

実際に、この「アロマセラピー検定」を取得した20～40代女性300名に、検定を通じて得た知識がどのように役立っているかを聞いたところ、下記のように、様々なシーンで活用されていることが明らかになりました。

Q:アロマセラピー検定で得られる知識は、仕事をする上で役に立つと思いますか？

「そう思う」 **66%**



Q:アロマセラピー検定で得られる知識は、パートナーとの関係性向上に役立つと思いますか？

「そう思う」 **73%**



Q:アロマセラピー検定で得られる知識は、友人との関係性を良好にする上で役立つと思いますか？

「そう思う」 **69%**



なお、各シーンにおける具体的な活用法を聞いたところ、仕事においては「集中力アップ」「気分転換」「プチ不調対策」、恋人などパートナー間においては、「リラックスできる空間づくり」「体調管理のアドバイス」、友人間については「プレゼント」「アロマの使い方に関するアドバイス」「女子会の話題」といった声が多くみられました。

アロマセラピー検定の知識が、「集中力アップ」「プチ不調対策」など自分自身のケアのほか、「プレゼント」や「話題づくり」など周囲とのコミュニケーションにも役立っていることがわかります。

### 【調査概要】

- ・調査期間:2014年5月30日(金)～6月4日(水)
- ・調査方法:インターネット調査
- ・調査対象:20～40代女性  
(アロマセラピー検定を持っていない一般女性300名、AEA J認定アロマセラピー検定1級または2級保有者300名)

## <参考>「アロマセラピー検定」について

「アロマセラピー検定」は、正しく安全にアロマセラピーを楽しむための知識を学んでいただくことを目的に公益社団法人 日本アロマ環境協会(AEAJ)が実施する検定試験です。年に2回、全国各地(34都市)の会場で実施されており、年齢・経験などの制限はなく、どなたでも受験可能です。

アロマセラピー関連では唯一、内閣府に公益認定されている団体が実施する試験で、年間3万人近くの方が受験されます。



### 【試験の内容】

- ・2級・・・アロマセラピーを自分で楽しみ、健康維持のために用いる知識を問います。
- ・1級・・・アロマセラピーを家族や周囲の人々とともに楽しみ、健康維持のために用いる知識を問います。

【受験料】 2級/1級ともに6,480円(税込)

【実施時期】 毎年5月と11月

※次回は2014年11月2日(日)。申し込みは8月中旬開始予定。

## 「アロマセラピー検定」特設ページ公開中！

AEA Jでは、今回の調査結果とともに、アロマセラピーの日常での使い方を紹介する特設ページを公開中です。

アロマセラピー検定保有者が具体的にどのようなシーンでアロマセラピーの知識を役立てているのか、詳しく紹介しています。

<http://www.aromakankyo.or.jp/lp/kentei31/pc/>



## 公益社団法人 日本アロマ環境協会(AEAJ)について

公益社団法人 日本アロマ環境協会(AEAJ)は、アロマセラピーの健全な普及と発展を目的とした様々な事業活動と、自然の香りある豊かな自然環境の保全・創造に取り組んでいます。

<http://www.aromakankyo.or.jp>

<本件に関する報道関係からのお問い合わせ先>

公益社団法人 日本アロマ環境協会 広報担当

Tel: 03-3548-3401(平日9:00~17:00)