



ハンドテクニック おすすめのオイル

ドテラのすべてのシングルオイルとブレンドオイルは、いずれもアロマタッチ ハンドテクニックに使用できます。ここでは参考までに、特におすすめのオイルとそのはたらきについてご紹介しています。



アースリズム

〈米国内販売名: バランス〉

穏やかで満ち足りた気持ちに導くブレンドオイル。

おすすめの配合成分:
フランキンセンス

[成分] ココナッツオイル、スプルース、ホーウッド、
フランキンセンス、ジャーマンカモミール、ブルー
タンジー



イージーエア

〈米国内販売名: プリースプリース〉

さわやかな呼吸をサポートするブレンドオイル。

おすすめの配合成分:
カルダモン、ペパーミント、ユーカリプタス、
ティートリー、レモン

[成分] ローレルリーフ、ユーカリプタス、ペパー
ミント、ティートリー、レモン、ラベンサラ、カルダモン



サンリズム

〈米国内販売名: シトラスプリス〉

さまざまな柑橘系エッセンシャルオイルを
配合した、パワフルなはたらきのブレンド
オイル。

おすすめの配合成分:
dōTERRAオレンジ、レモン、グレープ
フルーツ、ベルガモット

[成分] dōTERRAオレンジ、レモン、グレープ
フルーツ、マンダリン、ベルガモット、タンジェリン、クレ
メンタイン、バニラビーンズ



※米国で推奨されているオイルです。



ゼンジェスト

〈米国内販売名: ダイジェストゼン〉

心地よく、ホッとできるブレンドオイル。

おすすめの配合成分:
ジンジャー、ペパーミント、フェネル、
コリアンダー

[成分] ジンジャー、ペパーミント、キャラウェイ、
コリアンダー、スターアニス、タラゴン、フェネル



※米国で推奨されているオイルです。



ウィンドリズム

〈米国内販売名:エレベーション〉

気分を盛り上げ、活力を与えるブレンドオイル。

おすすめの成分:

メリッサ、イランイラン、サンダルウッド

[成分] ラバンディン、ラベンダー、サンダルウッド、
タンジェリン、メリッサ、イランイラン、エレミ、
オスマンタス、レモンマートル



インチューン

心を落ち着け、集中力をサポートするブレンド
オイル。

おすすめの成分:

パチョリ、フランキンセンス、ライム、イラン
イラン、ハワイアンサンダルウッド、ローマン
カモミール

[成分] アミリス、パチョリ、フランキンセンス、ライム、
イランイラン、ハワイアンサンダルウッド、ローマン
カモミール



オンガード

スパイシーなかぐわしい香りと、身体を守る
パワーが特長のブレンドオイル。

おすすめの配合成分:

doTERRAオレンジ、クローブ、シナモンバーク、
ユーカリプタス、ローズマリー

[成分] doTERRAオレンジ、クローブ、シナモンバーク、
ユーカリプタス、ローズマリー



ウェーブリズム

〈米国内販売名:セレニティ〉

心身をリラックスさせ、安らかで満ち足りた
気持ちに導くブレンドオイル。

おすすめの配合成分:

ラベンダー、マジョラム、ローマンカモミール、
イランイラン、サンダルウッド

[成分] ラベンダー、マジョラム、ローマンカモミール、
イランイラン、サンダルウッド、バニラビーンズ



メモ: _____

