



6年総合学習「アロマ体験」の様子!

11月12日(水)5、6時間目、6年生が総合的な学習の時間にキャリア学習の講師として小川洋子先生をお招きし「アロマ体験学習」を行いました。

アロマ体験学習の内容は、アロマセラピストなどの仕事の内容や魅力、小川先生の体験談などについてのお話と、実際にアロマの香り体験を行いました。

私自身だけでなく、6年生の子どもたちにとっては、アロマ体験は初めてでした。最初、子どもたちは、アロマ体験について興味津々な様子が見られました。

講師の小川先生は、「身近な環境問題」や「私たち一人一人が環境への配慮をしていくことが大切である」ということについて、分かりやすくお話をしてくださいました。さらに、エッセンシャルオイルのお話や健康を守るために、香りには大切な働きがあることを教えていただきました。そして、実際に数種類のアロマオイルの香りを嗅ぐ体験をしました。子どもたちがそれぞれにアロマオイルの香りを嗅いだ後、「どのように感じたのか」について感想を伝え合いました。子どもたちからは、「レモンのような匂いがした。」や「落ち着いた感じがした。」、「気持ちがすっきりとした。」など、それぞれが感じたままの感想を発表していました。

また、小川先生からは、「香りの効果について」のお話もしていただきました。香りの感じ方は、人それぞれ違いますが、次のような効果があるそうです。例えば、①記憶力の向上効果、②自己コントロールの効果(メンタル面のトレーニング効果)、③疲労回復効果など、他にもたくさんあるようです。

最後に、これから時代は、「今ある仕事だけでなく、新しい仕事がどんどん増えてくると予想されるので、自分の知らなかった人など、たくさんの人と出会い、自分から周りの人に積極的に関わっていくことが大切になってくる。」というお話をもらいました。

まだまだ、小川先生からは、たくさんのお話をしていただきましたが、詳しくは、6年生の子どもたちに聞いてください。

小川洋子先生、「アロマ体験学習(キャリア教育)」本当にありがとうございました。

