

# 企業への提案や講師をする際に説得力を増す力強い味方

栗原冬子さんはとにかく多才だ。大学卒業後に客室乗務員として入社した航空会社では、早々にチーフパーサーの資格を取り、主に国際線ファーストクラスを担当。結婚、子育てのために家庭に入ったかと思えば、以前から興味を抱いていたアロマテラピーを学んだ。自分のサロンを開くにとどまらず、講演、執筆、独自のブランド立ち上げなど、アロマの世界ではトッププランナーの一人として活躍している。2012年には株式会社Bon22（ボン・ヴァンドウ）を設立。アロマ、健康、美容、マインドの4つをテーマにコンサルティングや商品開発、さらに4つを連動させた心と体のサポートやライフスタイルの提案をしている。

## ■アロマを深めるにはもっと健康を学ばなくては

アロマテラピーの講師や指導をしていく中で、精油成分や香りと人間の心身は切り離せないことを感じ、もっと健康のことを学ぼうとして出会ったのが健康管理能力検定だった。3級の生活リズムアドバイザー、2級の健康リズムカウンセラーを取得後に、1級の健康管理士一般指導員を受験できる。

この検定の基本はひとことと言うと「体のリズムを知ること」だが、健康管理のプロを目指す人のための資格である1級となると学ぶ範囲は広く、健康管理学、生活習慣病の基礎知識、心の健康管理、栄養学など、公式テキストだけで6冊にも及ぶ。簡単ではない気がするが、3級、2級を経て、意識の高い人が受けるので合格率は高いそうだ。

2008年に受検・合格した栗原さんは、それまで漠然としていた香りと体の関係をきちんと整理で



株式会社Bon22 代表取締役  
ライフスタイルデザイナー

栗原冬子さん

著書に『アロマテラピー使い切り・組み合わせ事典』『手作り石けんと化粧品で ナチュラルスキンケアアキほんBOOK』（ともにマイナビ出版）。他にも、フードアナリスト、空手初段、フルマラソン走走などなど、好奇心と行動力あふれる栗原さん。



昨年、独自ブランドのYogoromaという、ヨガとアロマを融合させたスタジオとセラピスト育成を始めた。ヨガの呼吸法で天然の芳香成分を体内に取り込むものだ。さらにこの2月、銀座にファスティング×Yogoromaのサロンもオープンするなど、健康への興味から多彩な展開につながっている。

「興味があることは全部やりたい子供で、2つの遊びを同時にやる。ながら族。でした。ムダに休むのがもったいなくて、例えばスキーに行ってもカフェで休んだり絶対しません。だってリフトで上つてるときに休めるじゃないですか。おかげで、時間を有効に使ったり、2つのものを結びつけて新たな価値を提案したりするのは得意なんです」

## ■アロマの新たな時代をリードする

近年、イベントや店舗などの空間の香りをコンサルする仕事が増えている。2015東京モーターショーのプレスルームを、ストレスなく仕事ができる香りで世界の記者を迎えた。スポーツクラブ、高級家具店、リゾートホテル、介護施設、演劇の舞台など、その空間にいる人の心理や体調を意識した香りのアレンジでオフアールに役立っている。

「健康管理士一般指導員になると、2か月ごとに健康の最新情報や学術情報が掲載された冊子が届きます。巻末には研修問題があり、レポートを提出して添削を受けなくてはいけないんです。レポートは大変ですが、そうした情報フォロワーや常に学び続けるような刺激を与えてくれることで、活かせる資格になっっているのだと感じます。私の肩書を見て、ぜひ取りたいという生徒さんもいるんですよ」

## ■2つを結びつけて新しい価値を生み出す

ターマもアロマだけでなく、生活習慣病や食育、美容、キャリア教育、接客・ホスピタリティなどにも広がり、自治体の講座、企業研修、小中学校、保健所や税務署などと依頼元も幅広い。アロマと健康管理の2つから、新たな分野を確立しつつある。

き、心身の症状に合わせた指導やブレンドの提案ができるようになった。そのことで評価はさらに高まり、講演、セミナー、コンサルティング等の依頼が広がった。