

アロマに ついてのブックリスト

読めば
愉快だ
宇都宮
UTSUNOMIYA

宇都宮市立東図書館作成 2023年

『アロマテラピー大全 87種の精油プロフィール付き』

石田淳子/著 成美堂出版 2023年

アロマテラピーの基礎知識から精油，症状別ケアレシピなどを紹介。

『香りを楽しむ特徴がわかるアロマ図鑑』

アネルズあづさ/著 ナツメ社 2023年

90種類の精油の特徴，効能，セルフマッサージや悩み別精油のブレンドレシピを紹介。

『香りの作法—基礎知識×覚えておきたいアロマ40×楽しむ工夫』

齋藤智子/著 翔泳社 2023年

香りのプロが，香りの基本から，おすすめのアイテム，使い方までわかりやすく紹介。

他にも図書館には
たくさんの資料があります。



蔵書検索ページ

