



# CALDO成田店

2025/12/22 (月) 16:30~17:30  
やさしいアロマデトックスヨガ

## 当 日 の 香 り



ベルガモット



フランキンセンス (乳香)



ミルラ (没薬)



## クリスマスアロマの由来

クリスマスは、イエスキリスト生誕のお祭りです。  
新約聖書によると、今から2000年ほど前に、  
ベツレヘムの馬小屋で、イエスキリストが誕生した際に、  
東方の賢者が3つの宝物を送りました

(クリスマスプレゼントの由来)。

1つめは、黄金。この世の「王様」を意味します。  
2つめは、乳香(フランキンセンス)。「救世主」をあらわします。  
3つめは、没薬(ミルラ)。「医師」をあらわします。

3つの贈り物のうちの2つが、現代でもアロマセラピーの  
精油として私たちは使用できます。

## アロマの特性

フランキンセンス: 集中力アップ、呼吸や皮膚を整える、デトックス効果など

ミルラ: リラックス、皮膚やホルモンバランスを整える、安眠効果など

ベルガモット: リフレッシュ、消化促進、消臭効果、など