

<News Release>

報道関係各位

2015年7月3日

## 特技が人生を豊かにする！ 特技を持つ人は前向きで、日々の充実感が高まる傾向が判明 ～公益社団法人 日本アロマ環境協会「特技に関する意識・実態調査」を実施～

アロマセラピーに関する資格認定を行う公益社団法人 日本アロマ環境協会（略称：AEA J、東京都中央区）は、このたび20～50代の一般女性340名、20～50代の特技を持っている女性119名、およびアロマセラピー検定を保有する女性41名を対象とした「特技について」の意識・実態調査をおこないました。

### 特技を持っている人はポジティブで日々に充実感、自分磨きにも積極的

その結果、特技を持っている人と持っていない人では、日々の生活に対する意識や自分自身に対する意識が異なることがわかりました。

各質問に対し、特技を持っているグループと持っていないグループを比較したところ、

■「今の自分が好きか」という質問に「そう思う」と答えた割合が **約2倍**

■「日々の生活に充実感を感じているか」という質問に「そう思う」と答えた割合が **約1.7倍**

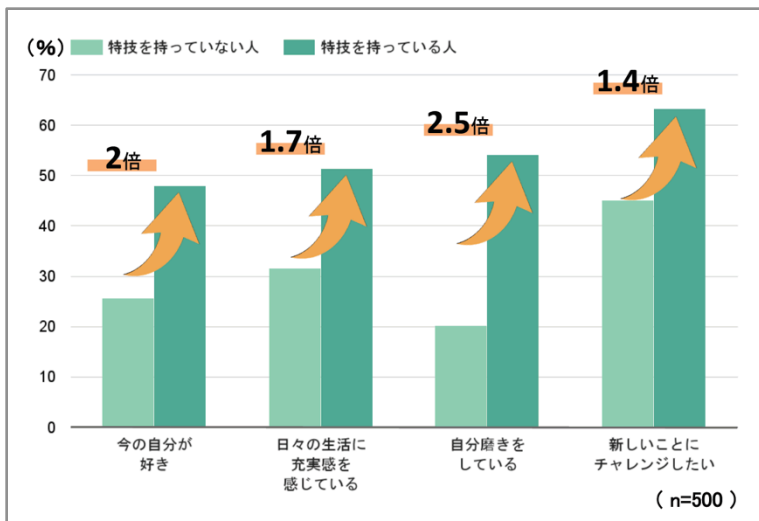
上記2つの質問以外にも、「自分磨き」や「新しいことへのチャレンジ」に対して、特技を持っている人は積極的であるという結果が出ています。

#### 特技保有者の4つの特徴

- ① 今の自分が好き
- ② 日々に充実感
- ③ 新しいチャレンジに積極的
- ④ 自分磨きに積極的



#### 各質問に「そう思う」と答えた人の割合



全体として、特技を持っている人は「前向きで、今の自分や日々の生活への満足度が高く、新しいことへのチャレンジに積極的」という傾向が出る結果となりました。

## 20代は「コミュニケーション」、30代は「仕事」、年代ごとに異なる“特技が活かせる場面”

特技があつてよかったと思う場面を質問した結果、以下のような回答が多く得られました。20代はコミュニケーションに関連した回答、30代は仕事への活用に触れた回答、40代では家族のために役立っているという回答、50代では日々の生活の中で役立っているという回答がそれぞれ多く見られました。

### 各年代が答えた“特技が活かせる場面”

#### 20代



#### コミュニケーションに生きる

「スポーツが得意なので、スポーツを通して盛り上げられる」

「趣味の話題から話が広がりコミュニケーションを円滑にした」

#### 30代



#### 仕事に生きる

「アロマ好きから資格を取得し、仕事にしている」

「手書きの履歴書が評価され採用された。採用後も字の綺麗さが役立った」

#### 40代



#### 子どもや家族のために生きる

「子どもの行事で手作り衣装を作る必要があるとき難く作れる」

「子どもや母の髪をカットしたり、着付けをしてあげて喜んでもらった」

#### 50代



#### 生活の中で生きる

「茶道の知識を、作法だけでなく食住環境に取り入れている」

「洋食も和食もフルコースで作れるので友達を招待しても困らない」

#### 【調査概要】

・調査期間：2015年6月12日（金）～6月14日（日） ・調査方法：インターネット調査

・調査対象：20～50代女性

（20～50代の一般女性340名・特技を持っている女性119名、およびアロマセラピー検定資格を保有する女性41名）

### それぞれの年代で活かせるアロマセラピーを特技に。「アロマセラピー検定」

コミュニケーションや家族のためなど、各年代の“特技が活かせる場面”で役立つのが「アロマセラピー」。しかし、ただ好きな香りを楽しむだけでは特技と呼ぶことはできません。精油の取り扱い方法や心身の状態に合った選び方など正しい知識を学び、理解することで、アロマセラピーを趣味から特技にしてくれるのが「アロマセラピー検定」です。

アロマセラピー検定保有者294名を対象におこなった別調査では、それぞれの年代から、アロマセラピーを特技として活かしているという声が寄せられています。

### アロマセラピー検定保有者が答えた、“特技が活かせる場面”でのアロマセラピー検定の活用

#### コミュニケーションに



20代

アロマセラピーを通じて友人が出来ました。他の友人にも自信を持ってプレゼントやアドバイスができるように。

#### 仕事に



30代

仕事のストレスを自分でコントロールできるように。勤務先で香りの空間演出もさせてもらっています。

#### 家族のために



40代

家族や大切な人の健康管理に役立っています。正しい知識で安心してケアできるようになりました。

#### 生活の中で



50代

バスグッズやスキンケアなど日々の暮らしの質が上がりました。友人の不調にもオススメの精油を紹介して喜ばれています。

AEA Jアロマセラピー検定に関するアンケート  
 (2015年6月実施)より

アロマセラピー検定は1999年に始まり、これまでに38万人以上が受験しています。アロマセラピー検定で「アロマセラピーを特技に」してみませんか。

## <参考>「アロマセラピー検定」について

「アロマセラピー検定」は、安全にアロマセラピーを楽しむための正しい知識を学んでいただくことを目的に、公益社団法人 日本アロマ環境協会 (AEA J) が実施する検定試験です。年に2回、全国各地 (34都市) の会場で実施されており、年齢・経験などの制限はなく、どなたでも受験可能です。

アロマセラピー関連では唯一、内閣府に公益認定されている団体が実施する試験で、年間3万人以上の方が受験しています。



### 【試験の内容】

- ・2級・・・アロマセラピーを自分で楽しみ、健康維持のために用いる知識を問います。
- ・1級・・・アロマセラピーを家族や周囲の人々とともに楽しみ、健康維持のために用いる知識を問います。

【受験料】 2級/1級ともに6,480円(税込)

【実施時期】 毎年5月と11月

※第33回は2015年11月1日(日)実施。

申し込みは8月12日(水)～9月16日(水)。

## アロマセラピー検定特設サイト 公開中

### 「趣味でおわらせない！アロマセラピーを“特技”にしよう。」

特設サイトにて今回の調査結果を公開中です。

さまざまなライフスタイルの方にアロマセラピーの知識が  
どう役立つか、詳しく紹介しています。

<http://www.aromakankyo.or.jp/kentei/>



## 公益社団法人 日本アロマ環境協会(AEAJ)について

内閣府から公益認定を受けたAEA Jは、植物の香りを用いた自然療法「アロマセラピー」を通じて、自然の香りある豊かな環境の保全と創造、そして人々の心身の健康増進に取り組んでいます。その一環として、正しい知識を持った人材育成のため、アロマセラピーに関する各種資格認定を行っています。

<http://www.aromakankyo.or.jp>

### <本件に関する報道関係からのお問い合わせ先>

株式会社Green romp 担当:三橋

Tel: 03-6380-4694 (平日10:00～18:00) E-mail: [aroma@green-romp.com](mailto:aroma@green-romp.com)

### <検定、協会事業に関するお問い合わせ先>

公益社団法人 日本アロマ環境協会 広報担当

Tel: 03-3548-3401 (平日9:00～17:00) E-mail: [aeaj-pr@aromakankyo.or.jp](mailto:aeaj-pr@aromakankyo.or.jp)