

アロマノート

aroma note

植物の香りに親しみ

「心」いきいきと、「身体」すこやかに

ミルラ(マー/没薬)

学名：Commiphora myrrha

科名：カンラン科

抽出部位：樹脂

産地：ソマリア、エチオピア



別名「没薬^{もつやく}」とも呼ばれ、古代から薫香として用いられてきた『ミルラ』。殺菌・防腐・乾燥作用があり、古代エジプトでは「ミイラ」づくりに利用されていたことからミルラと名付けられたと言われています。また、新約聖書ではイエス・キリストが誕生したとき、東方の三賢人が「黄金」「乳香」とともに捧げたとして有名です。

甘苦くエキゾチックな香りの特徴のミルラ精油は、心を静めて意識をはっきりさせる作用があるため、気持が高ぶりすぎたときは落ち着きを、無気力なときには気力を取り戻してくれます。また、老化防止作用もあるためスキンケアにもおすすめです。

○意識を目覚めさせたいとき

アロマポットなどの芳香拡散器を使って部屋に香りを広げる

○スキンケア

トリートメントオイルで顔や体をマッサージする

※トリートメントオイルの作り方

トリートメント用のキャリアオイルに濃度が1%以下になるように精油を入れてよくかき混ぜる

〔精油の量〕キャリアオイル30ミッドなら6滴まで、50ミッドなら10滴まで

※妊娠時はミルラ精油を使用しないでください