



NATURAL SOLUTION

自然なもので解決する方法

エッセンシャルオイルのシンプルで簡単な使い方
すぐに家庭の中に取り入れる方法

doTERRA Dream Drop Team

今日のクラスでわかる“4つのこと”

- ・ エッセンシャルオイル **3つの解決法である使い方**

(塗る・嗅ぐ・摂取)

- ・ 家庭の中で役立つエッセンシャルオイルとその使い方
- ・ 家庭の中で、すぐにエッセンシャルオイルを取り入れる賢いお買い物仕方
- ・ ドテラ社は品質の良いアロマではなく世界が良くなるためにどんなことに取り組んでいるのか？



どちらを選びますか？

現代的なアプローチ

- ・一時的な対処を目的にしている
- ・人工的に分離合成された物質からつくられる
- ・副作用（報告のあるもの、潜在的なもの等）
- ・全世界の医療費は年間6兆5000億ドル*
- ・私たちはより健康になっているでしょうか？

* 出典: WHO | Spending on health: A global overview



or

自然の力を活かしたアプローチ

- ・身体の要求を満たし、根本的問題に対応する
- ・植物から抽出
- ・身体と感情面の健康に対応
- ・安全なはたらきが期待できる



エッセンシャルオイルの有用性

天然・有用・安全

- ・植物から抽出された天然の芳香化合物で、健康づくりに役立ちます
- ・数百種類もの成分を含み、複雑で多様なはたらきで身体に優しく健康をサポートします
- ・私たちの抱える問題とその根本に、内側からはたらきかけます



ペパーミント葉

ペパーミント葉の
オイルが詰まった袋
「油囊 (ゆのう)」



ペパーミントの葉
約450g (約4,900枚)

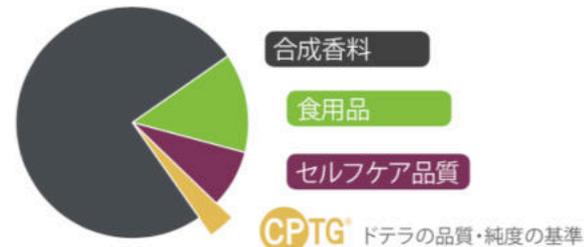
=



ペパーミント
オイル 15mL

ドテラのオイルは安全かつ100%純粋

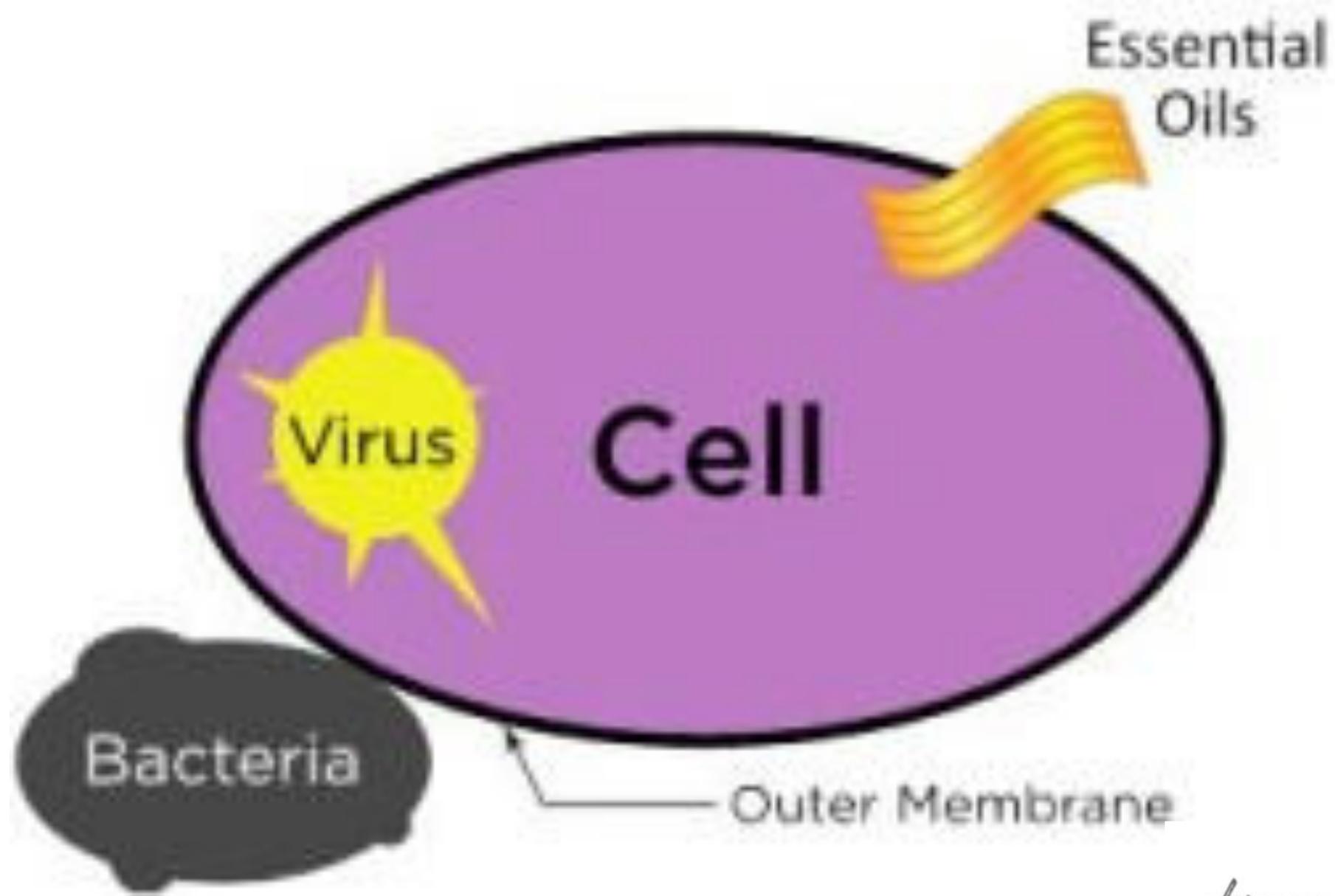
これまでにないCPTG品質基準の理由



エッセンシャルオイルの品質

厳格な検査による確かな信頼性

- ・自然の生育環境で育った植物を原料としています
- ・純粋で、増量剤や有害な汚染物質の混入がありません
- ・信頼性と有用性を確保するため、第三者機関で厳格な検査を受けています



抗酸化食品vsエッセンシャルオイル

抗酸化食品	ORAC値	抗酸化オイル	ORAC値
ココアパウダー	26,000	クローブ	1,078,700
アサイベリー	18,500	ミルラ	379,800
ダークチョコレート	13,120	コリアンダー	298,300
プルーン	5,770	クラリセージ	221,000
レイズン	2,830	メリッサ	134,300
ブルーベリー	2,400	マジョラム	130,900
ブラックベリー	2,036	イランイラン	130,000
ストロベリー	1,540	ジンジャー	99,300
ほうれん草	1,260	ペチパー	74,300
ブロッコリー	890	バジル	54,000
赤ブドウ	739	パチヨリ	49,400

ORAC: Oxygen Radical Absorption Capacity, 活性酸素消去能力

1滴のクローブ = 2ポイントのブルーベリーとの比較

ドテラ エッセンシャルオイルの使い方



芳香

直接香りを楽しんだり、
ディフューザーを使って拡散

- 息づかいをスムーズに
- 気分の切り替え
- 空気をリフレッシュ

おすすめ

ペパーミント

- ひんやり・すっきりをサポートに
- 心をほぐす
- スーッと通る心地よいクリアな息づかいに
- 気分をシャッキリ



塗布

足裏や必要に応じて気になる部分に

おすすめ

ディープブルー

- 運動の前後、気になる部分に塗布
- ココナッツオイルで希釈して心地よい安らぎのトリートメントに
- 立ち仕事や力仕事の後、気になる部分に塗布



摂取

お好みの飲み物に加えたり
食用油などと一緒にカプセルに入れて

CPTG
品質

おすすめ

オンガード

- 外敵に負けない身体づくりに
- ディフューズしてこもった空気をリフレッシュ



※ これらの製品は、病気の診断や治療、予防を目的としたものではありません。
※ 日本製品は「食品添加物」「化粧品」「雑貨」の3種類に分かれています。それぞれの使用方法に沿ったご使用を推奨します。
※ ラベルやプロダクトガイドに記載の注意事項をよくお読みいただき、正しくご使用ください。



1. あなたが健康上もっとも大切にしたいことは？



気になること:

①

②

③

もっとこうなりたいこと:

①

②

③

ドリームドロップチーム
dream drop team



2. シンプルな方法を試してみませんか？

1 イージーエア

スッキリブレンド

- ・息づかいをスーッとクリアに
- ・季節の変わり目や夜にディフューズして健やかに

2 ゼンジェスト

インナービューティーブレンド

- ・健やかな食生活をサポート
- ・食べ過ぎたときにスッキリと
- ・乗り物が苦手な方の気分転換に

3 パステンタス(ロールオン)

気分スッキリブレンド

- ・緊張感や不快な気分を穏やかに
- ・こめかみや首の後ろに塗布
- ・感情バランスのサポートに

4 ティートリー

- ・肌をさっぱり健やかに
- ・外敵に負けない毎日をサポート
- ・住まいの清潔に

5 ラベンダー

- ・悩み肌を整える
- ・気持ちを落ち着けて、心地よい眠りをサポート
- ・不安感を穏やかに
- ・乾燥しがちな日焼け後に塗布

6 ウェーブリズム

やすらぎブレンド

- ・ディフューズしてリラックス
- ・心地よいベッドタイムを演出
- ・緊張感をほぐし、安らかな気分
- ・感情をおだやかに

7 アロマタッチ

癒やしのブレンド

- ・心地よい香りでくつろぎの時間を
- ・リラクゼーションタイムのトリートメントに
- ・緊張感をほぐしてリラックスへと導く

8 ドテラ ココナッツオイル

- ・無色無臭のキャリアオイル
- ・エッセンシャルオイルを肌にやさしく届ける
- ・オイルのはたらきを留めて持続させる
- ・オイルの希釈に

9 フランキンセンス

- ・奥深い香りで心を落ち着け、平安に
- ・感情のバランスを整え、気分を高める
- ・健やかなライフスタイルをサポート

10 レモン

- ・内側からのスッキリを応援
- ・拭き掃除のおともに
- ・気になる季節の不快感を穏やかに



3. 日々の習慣で健康づくり

健康な毎日を送るために、日々の習慣に取り入れましょう

11

ドテラ ライフロング バイタリティーパック (LLVパック)

若々しくバイタリティーに満ちた
毎日を送るための
ベースサプリメント3本セット

毎日
とりたい!

- アルファCRS+:
有用成分を含む植物エキスやフランキンセンスを含有
- xEOメガ:
必須脂肪酸(オメガ3、オメガ6)含有
- マイクロプレックスVMz:
「銅」をはじめ、健康維持に欠かせない22種類のビタミンとミネラルを含有

dōTERRA

ライフロングバイタリティーパック



細胞の寿命
ブレンド

細胞のエネルギー
ブレンド



必須脂肪酸

CPTG
エッセンシャルオイル



必須ビタミン

必須ミネラル

ドリームドロップチーム
dream drop team



12 PHOSSIL ミネラル

毎日
とりたい!

現代人に不足しがちな栄養素を
補う、濃縮タイプのドリンク

- PHOSSIL ミネラル オリジナル:
ヒューミックシェールのミネラル分を抽出
多種類の植物ミネラルを含有



ヒューミックシェール

古代植物の塊
現代にはないミネラルがたっぷり
含まれた乾燥した野菜のようなもの。



家族全員の栄養価をあげるために。
家族みんなで総合ミネラルを取り入れることが可能です



Stress Management

Immune Support

Inflammatory Response

Homeostasis



Balance



Lavendar



Melaleuca



On Guard



AromaTouch



Deep Blue



Wild Orange



Peppermint

あなたが、家族の癒しのセラピストに
シンプルで
難しくなく
誰でもできるもの



目次

エッセンシャルオイルとは.....

エッセンシャルオイルとその品質.....

エッセンシャルオイル 基本使用方法/注意点.....

この書について.....

A to Z

シングル・オイル一覧表.....

ブレンド・オイル一覧表.....

DR. ME (4ページをご参照下さい)..... 66

ボディ・システム BODY SYSTEMS..... 145

外皮系 INTEGUMENTARY..... 146

呼吸器系 RESPIRATORY..... 148

消化器系 DIGESTIVE..... 150

神経系 NERVOUS..... 152

心臓血管系 CARDIOVASCULAR..... 154

リンパ系 LYMPHATIC..... 156

筋骨格系 MUSCULOSKELETAL..... 158

生殖器系 REPRODUCTIVE..... 160

精神系 EMOTIONAL..... 162

内分泌腺 ENDOCRINE..... 164

泌尿器系 URINARY..... 166

免疫 IMMUNE..... 168

ボディ・システム一段表..... 170

ホームクリーニングアイデア..... 173



ドテラによって、世界中の人々の生活が日々向上しています。
ドテラを始めて、私たちと一緒により健康で幸せな世界をつくりませんか？

本ガイドに記載の個々の商標及び登録商標、ロゴマーク、商号に関する権利は、dōTERRA Holdings, LLCに帰属します。

20191001-v4

CHANGE THE WORLD

世界を変える

あなたがドテラ製品を購入するたびに、コ・インパクトソーシングやドテラ・ヒーリングハンズ基金を通して生産者の生活によりよい変化をもたらします。詳しくはドテラ・ジャパンオフィシャルサイト>ドテラの社会活動をご確認ください。





小売価格

WAを通して
注文

会員価格

小売価格よりも約33%
お得なWA/WC価格。
「登録キット(登録料込)」
だと、さらにお得!※2

Live Empowered

かに満ちあふれたライフスタイル

Loyalty Rewards

ロイヤルティー・リワード・プログラム

- ・注文はいつでも変更・停止でき※6、50PV以上の注文で製品と交換できるポイントがつきます。※7
- ・ポイント還元率は、3ヵ月継続するごとに5%ずつ最大30%まで上昇します!
- ・毎月1~15日の間に125PV以上注文すると、プロダクト・オブ・ザ・マンズ (POM) がもらえます。

開始時の
還元率

10%

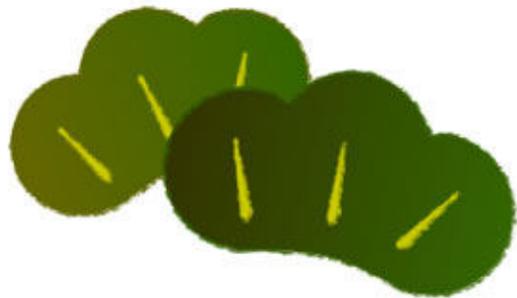
15%

20%

25%

30%





松



34,850円
相当お得!!

プレミアムdōTERRA登録キット

製品番号：60213013 WA プレミアム dōTERRA 登録キット
60213014 WC プレミアム dōTERRA 登録キット
会員価格：140,000円 PV：1,000

200
リワード・ポイント

リワード・ポイント
還元率
20%
からスタート

ファスト・トラック・プログラム対象



- ・WA/WC 登録料
- ・シングルオイル 11 種類：
ラベンダー、レモン、ペパーミント、ティーツリー、オレガノ、オレンジ、
グレープフルーツ、フランキンセンス、ユーカリプタス、
コパイバ (各 15mL)、ヒノキ (5mL)
- ・ブレンドオイル 12 種類：
オンガード、スマート&サシー、ゼンジェスト、アースリズム、
イージーエア、アロマタッチ、ウェーブリズム、テラアーマー (各 15mL)、
ディープブルー (5mL)、サルベル、バステンタス、
クラリカーム (ロールオン 各 10mL)
- ・ビーズ 2 種類：ペパーミント、オンガード

- ・ソフトジェル 3 種類：
トライエーズ、オンガード+、スマート&サシー
- ・ドテラ ココナッツオイル
- ・LLV パック：
アルファ CRS+、xEO メガ、マイクロプレックス VMz
- ・PHOSSIL ミネラル オリジナル (550ml)
- ・ドテラ トゥースペースト
- ・ディープブルーラプ (クリーム)
- ・オンガード フォーミング ハンドウォッシュ+ディスペンサー 2 本
- ・ドテラ オンガード ミスト
- ・オンガード マウスウォッシュ

- ・エッセンシャル スキンケアキット：
フェイシャルクレンザー、フェイシャルトナー、
エッセンシャル セラム、
エッセンシャル モイスチャライザー
- ・コルレックス (ジェル状クリーム)
- ・ドテラ ルモ ディフューザー
- ・ウッドボックス (ライトブラウン・窓付)
- ・dōTERRA ミニボトルケース (パープル)
- ・ミニボトル 2mL (24 本入 x2 セット)
- ・キャップステッカー
- ・WA サインアップキット (10部)*

ナチュラル・ソリューションズ登録キット

製品番号：60208420 WA ナチュラル・ソリューションズ登録キット
60208421 WC ナチュラル・ソリューションズ登録キット
会員価格：76,000円 PV：490

26,500円
相当お得!!



100
リワード・ポイント

リワード・ポイント
還元率
15%
からスタート

ファスト・トラック・プログラム対象



- ・WA/WC 登録料
- ・シングルオイル 6 種類：
ラベンダー、レモン、ペパーミント、ティーツリー、オレンジ、
フランキンセンス (各 15mL)
- ・ブレンドオイル 7 種類：
オンガード、ゼンジェスト、アースリズム、イージーエア、アロマタッチ、
ウェーブリズム (各 15mL)、パステンタス (ロールオン 10mL)
- ・オンガードビーズ
- ・オンガード+ ソフトジェル
- ・ドテラ ココナッツオイル
- ・LLV パック：アルファ CRS+、xEO メガ、マイクロプレックス VMz
- ・PHOSSIL ミネラル オリジナル (550ml)
- ・ドテラ トゥースペースト
- ・コルレックス (ジェル状クリーム)
- ・ディープブルーラブ (クリーム)
- ・オンガード フォーミングハンドウォッシュ+
ディスペンサー 2 本
- ・ドテラ ルモ ディフューザー
- ・ウッドボックス (ライトブラウン・窓付)
- ・キャップステッカー
- ・WA サインアップキット (5 部)*



デラックス登録キット

製品番号：60211763 WA デラックス登録キット
60211764 WC デラックス登録キット
会員価格：59,500円 PV：400

23,250円
相当お得!!

100
リワード・ポイント

リワード・ポイント
還元率
15%
からスタート

ファスト・トラック・プログラム対象

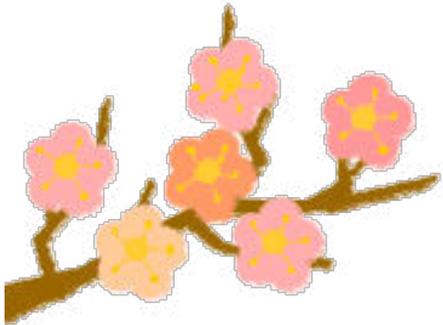


- ・WA/WC 登録料
- ・シングルオイル 8種類：
ラベンダー、レモン、ペパーミント、ティーツリー、
オレンジ、グリーンマンダリン、フランキンセンス、
オレガノ (各 15mL)
- ・ブレンドオイル 8種類：
オンガード、ゼンジエスト、アースリズム、イージーエア、
アロマタッチ、ウェーブリズム (各 15mL)、
ドテラ マグノリアタッチ (ロールオン 10mL)、

- ディーブブルー (5mL)
- ・ドテラ ココナッツオイル (115mL)
- ・ドテラ ルモ ディフューザー
- ・ウッドボックス (ライトブラウン・窓付)
- ・キャップステッカー
- ・WA サインアップキット (3部)*



梅



ファミリー エssenシャルズ + ビーズ 登録キット

製品番号：

60208376 WA ファミリー エssenシャルズ + ビーズ 登録キット

60208412 WC ファミリー エssenシャルズ + ビーズ 登録キット

会員価格：20,500円 PV：129



6,350円
相当お得!!



- ・WA/WC 登録料
- ・シングルオイル 6 種類：
ラベンダー、レモン、ペパーミント、ティーツリー、オレガノ、フランキンセンス (各 5mL)
- ・ブレンドオイル 4 種類：
オンガード、ゼンジェスト、イージーエア、ディープブルー (各 5mL)
- ・ビーズ 2 種類：ペパーミント、オンガード
- ・キャップステッカー
- ・WA サインアップキット (3部)*

15,450円
相当お得!!

ホームエssenシャル + ドテラ ルモ ディフューザー 登録キット

製品番号：

60208374 WA ホームエssenシャル + ドテラ ルモ ディフューザー 登録キット

60208373 WC ホームエssenシャル + ドテラ ルモ ディフューザー 登録キット

会員価格：41,500円 PV：260



- ・WA/WC 登録料
- ・シングルオイル 6 種類：
ラベンダー、レモン、
ペパーミント、ティーツリー、
オレガノ、フランキンセンス
(各 15mL)
- ・ブレンドオイル 4 種類：
オンガード、ゼンジェスト、
イージーエア、
ディープブルー (5mL)
- ・ドテラ ルモ
ディフューザー
- ・キャップステッカー
- ・WA サインアップキット
(3部)*

使えるのか不安・・・

DREAM DROP TEAM でサポートさせていただいています



- FBコミュニティでの情報
- チームオフィシャルHP
- チームオンライン教育コール
- 過去の教育コールの見放題 (FB)
- 定期的なトレーニング
- 様々なアクティビティ
- 地域ごとのリーダーがクラス開催
- アロマタッチ トレーニング
- パーソナルなサポート
- ドテラ社インスタ FBページ