



MORISHIO AROMA®

盛り塩アロマアーティスト 養成講座

受講者用ワークブック

動画 No.01～30

この一冊で行うこと

動画を見る → 選ぶ → 作る → 記録する → 振り返る。

6か月の学びと作品の成長を、あなた自身の言葉で残していきます。

お名前 _____

開始日 _____年____月____日

このワークブックの使い方

1

動画タイトルを確認する

その日に学ぶテーマと完成させるものを確認します。

2

材料と作業場所を整える

制作回は動画の前に、必要な道具と安全な環境を準備します。

3

動画を見る

止めたり戻したりしながら、自分のペースで進めます。

4

ワークへ書く

正解探しではなく、見えたこと・感じたこと・選んだ理由を残します。

5

作品を作る

指定された材料・量・安全手順は、動画とキットの案内に従います。

6

完成を確認する

欠け、露出、べたつき、尖り、ぐらつきなどを確認します。

7

写真と記録を残す

完成だけでなく、必要に応じて途中経過も残します。

8

次の小さな一歩を決める

次に変えることは一つだけ決めます。

迷った時は

先へ進むことより、安全に止まることを優先します。動画を見直し、質問できる場所で確認してから再開しましょう。

全Lesson共通 | 作品づくりの約束

香り	ラベンダー・ペパーミント・レモンの3種類。完全硬化した白い八角香り皿へ、動画で案内された量だけ垂らします。レジン本体・金属・肌へは直接付けません。
色	カラー液はレッド・グリーン・ブルーの3本。少量から試し、使った色と見え方を記録します。
塩	普通塩とヒマラヤ岩塩を使用します。レジンへ入れる塩は十分に乾燥させ、作品の外へ露出させません。
二つで一つ	盛り塩の本体と、白い八角香り皿を一組にします。香り皿は交換・お手入れできるよう、本体へ接着しません。
オリジナルパウダー	計量済みの材料を使用します。水量・混ぜ方・硬化時間は動画とキットの案内どおりに進め、自己判断で材料を加えません。
カラーカード	JPAオリジナルカラーカードは、自分の言葉を見つけるための道具です。カードの意味で人を決めつけません。画像や内容は無断で複製・配布しません。
伝え方	文化・願い・日々の区切りを楽しむ「お守りクラフト」として伝えます。医療、除霊、運氣、開運などの効果は保証しません。
安全	換気、手袋、保護具、材料の注意事項を守ります。べたつき・ひび・尖り・素材露出・不安定な底面がある場合は使用しません。

6か月のロードマップ

1か月目	Lesson1 基本と月白の八角守り	香り・塩・八角形・オリジナルパウダーの基本
2か月目	Lesson2 月巡りの四つ守り	月のリズム・RGB4色・レジン封入・ハーモニー・リーディング
3か月目	Lesson3 持ち歩くお守り	フレーム・天然石・色・言葉をネックレス／キーホルダーへ
4か月目	Lesson4 花ひらく花守り	お花モールド・塩の封入・八角香り皿・香り札・空間撮影
5か月目	Lesson5 光を宿す結晶守り	オルゴナイトの層設計・安全な制作・光と香りの組み合わせ
6か月目	Lesson6 八方を整える守護の庭	学んだ技法を選び、自分の代表作として統合・発表

100日思考®の位置づけ

100日思考®はDay1から始まります。動画を見る、材料を出す、5分だけ記録する——そんな小さな一歩を積み重ね、Day111で最初の100日を振り返ります。

VIDEO 01

Day 1 導入 12～15分

盛り塩アロマアーティストへの はじめの一步

この回でできるようになること

- ☐ 6か月後は自分の代表作を完成する
- ☐ アーティスト＝世界にひとつのお守りを生み出す人
- ☐ 1か月目から人に渡せる品質を目指す

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

作品を飾りたい場所と、最初に贈りたい相手を一つ決める。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

玄関に、朝の気持ちを整える作品を飾りたい。最初は新生活を始めた友人へ贈ってみたい。

残すもの

スタートシート
飾る場所のBefore写真

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 02

Day 6 導入 15～18分

アーティストになる3ステップと 100日プラン

この回でできるようになること

- ☐ Step1 選ぶ《ハーモニー・リーディング》
- ☐ Step2 形にする《お守りクラフト》
- ☐ Step3 続ける《100日プラン》
- ☐ 動画・ZOOM・グループチャットの使い方

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

100日後の『作っている私』を一文にし、今日の小さな一歩を決める。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

100日後、五つの作品を完成させ、自分が選んだ色や香りの理由を言葉にしている。

残すもの

100日スタートカード
今日の一歩

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 03

Day 11 Lesson1 18～25分

秘密配合パウダーと 白い八角香り皿

この回でできるようになること

- ☐ 計量済みパウダーと配合非公開の守り方
- ☐ 指定水量・混合・ダマ・気泡・角の整え方
- ☐ 約1時間硬化の見極め
- ☐ 普通塩とヒマラヤ岩塩の封入準備

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

道具を順番に並べ、八角香り皿を1枚制作する。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

縁に欠けがなく、底面が安定している。次回は混ぜる速さを一定にする。

残すもの

白い八角香り皿
制作前チェック

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 04

Day 16 Lesson1 15～20分

3つの香りを聴く ラベンダー・ペパーミント・レモン

この回でできるようになること

- ☐ 3精油の個性と一般的な印象
- ☐ 香りと記憶を作品テーマへ生かす
- ☐ 精油は完全硬化後の香り皿だけに垂らす
- ☐ 安全な試し方・保管・配慮

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

3本を一つずつ試し、浮かんだ記憶・色・言葉を記録する。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

ラベンダーから夕方の静けさを思い出し、「今日はゆっくり休む」という言葉が浮かんだ。

残すもの

香り観察シート
今選びたい香り1本

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 05

Day 21 Lesson1 15～18分

盛り塩文化・八角形・二つで一つの構造

この回でできるようになること

- ☐ 日本の盛り塩文化と清め・縁起
- ☐ 八角形に重なる八方と福を迎える物語
- ☐ 本体に塩、白い八角皿に香りという共通構造
- ☐ 効果を断定せず願いとして伝える

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

普通塩とヒマラヤ岩塩を観察し、感じた言葉を3つずつ書く。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

普通塩は白く細かく静かな印象。ヒマラヤ岩塩は光に透け、温かさを感じた。

残すもの

塩の観察シート
作品へ込めたい言葉

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 _____年____月____日 今の気持ち _____

VIDEO 06

Day 26 Lesson1 25～30分

Lesson1制作 月白の八角守り

この回でできるようになること

- ☐ 八角錐本体へ塩2種を直接封入
- ☐ 水晶・余白・頂点・角を美しく整える
- ☐ 型外し・欠け・塩露出・完全硬化を確認
- ☐ 香り皿へ1滴、60秒の作品ストーリー

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

動画を止めながら本体を作り、皿と一組にして仕上げる。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

作品名は「月白の八角守り」。込めた言葉は「ここから、もう一度整える」。

残すもの

Lesson1完成作品
完成写真・60秒説明

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 07

Day 31 Lesson2 15～20分

月のリズムを 四つの守りへ

この回でできるようになること

- ☐ 新月＝始まり、上弦＝育てる、満月＝受け取る、下弦＝手放す
- ☐ 月の物語に願いを重ねる
- ☐ 4作品の形・余白・並びを統一する

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

4つの月相に託したい願いを一文ずつ書く。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

新月には始めたいこと、上弦には育てたいこと、満月には受け取りたいこと、下弦には手放したいことを書く。

残すもの

月巡りデザインシート

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 08

Day 36 Lesson2 18～25分

RGB3本から 月の4色を生み出す

この回でできるようになること

- ☐ レッド・グリーン・ブルー3本だけで配色
- ☐ 下弦のパープル＝レッド＋ブルー
- ☐ 透明感・濃淡・滴数を再現できる記録
- ☐ カード色をRGBで表現する考え方

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

ブルー・グリーン・レッド・パープルの試験片を作る。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

ブルーは透明感を残すよう少量から試し、見えた色を言葉と一緒に記録する。

残すもの

4色サンプル
RGB配合記録

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 09

Day 41 Lesson2 20～25分

レジンに塩と石を美しく封入する

この回でできるようになること

- ☐ 換気・手袋・計量・混合の安全管理
- ☐ 乾燥塩と標準天然石の配置
- ☐ 気泡・沈み・浮き・複数層の対処
- ☐ レジンへ精油を垂らさない理由

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

4作品分の塩・石・色を仮配置して写真で比較する。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

塩は十分に乾燥させ、石は中心をふさがない位置へ。気泡が入った場所も記録する。

残すもの

4作品の配置図
材料乾燥チェック

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 10

Day 46 Lesson2 25～30分

Lesson2制作① 新月ブルー・上弦グリーン

この回でできるようになること

- ☐ 新月と上弦を色・塩・石で表現
- ☐ 透明感を残す着色と封入順序
- ☐ 本体2点と白い八角香り皿2枚を制作

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

新月・上弦の本体と対応する香り皿を制作する。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

新月ブルーは「静かに決める」、上弦グリーンは「小さく育てる」をテーマにした。

残すもの

新月・上弦の作品
制作写真

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 _____年____月____日 今の気持ち _____

VIDEO 11

Day 51 Lesson2 25～30分

Lesson2制作② 満月レッド・下弦パープル

この回でできるようになること

- ☐ 満月と下弦を色・塩・石で表現
- ☐ 濁りにくいパープルを作る
- ☐ 4点の大きさ・透明感・余白をそろえる
- ☐ 香り皿4枚と月巡り順のディスプレイ

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

満月・下弦を制作し、4点を月の巡り順に並べる。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

満月レッドは「受け取る」、下弦パープルは「手放して整える」をテーマにした。

残すもの

月相4本体＋香り皿4枚
4点写真

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 12

Day 56 Lesson2 18～22分

ハーモニー・リーディング入門 色・香り・月を選ぶ

この回でできるようになること

- ☐ JPAオリジナルカラーカードから惹かれる1枚を選ぶ
- ☐ 色から浮かぶ言葉を月と香りへつなぐ
- ☐ カードは未来を決める道具ではない
- ☐ 『なぜこの色なのか』を自分の言葉にする

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

1枚を選び、今の自分へ贈る月のメッセージを一文にする。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

ブルーに惹かれ、「静けさ」が浮かんだ。新月とラベンダーを選び、「静かに始める」とまとめた。

残すもの

4点ディスプレイ写真
月のお守りメッセージ

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 13

Day 61 Lesson3 18～22分

持ち歩くお守りの テーマを選ぶ

この回でできるようになること

- ☐ JPAカラーカード1枚から言葉・記憶・願いを受け取る
- ☐ 自分用か贈り物用かを決める
- ☐ 持ち歩く守りのテーマを一文にする

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

カードから浮かんだ3つの言葉を、一つのテーマへとまとめる。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

新しい仕事を始める友人へ。「自分のペースを信じて」という願いを届けたい。

残すもの

持ち歩く守り
テーマ受取シート

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 14

Day 66 Lesson3 18～22分

枠・色・天然石を 作品へ翻訳する

この回でできるようになること

- ☐ 月・星・ハート・雫・幾何学など枠の象徴
- ☐ 標準天然石4種の選び方
- ☐ カードの色をRGB3本で表現
- ☐ 素材を入れすぎず主役を決める

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

枠・色・石・金具を選び、その理由を一文ずつ書く。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

星の枠、ブルー、水晶を選び、「迷った時に進む方向を思い出す守り」にする。

残すもの	今日の小さな一歩
お守りデザインシート	☐ 動画を見た ☐ ワークを書いた ☐ 必要な写真・記録を残した ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 15

Day 71 Lesson3 25～30分

Lesson3制作① フレームへ塩・石・色を封入

この回でできるようになること

- ☐ オープンフレームの固定・水平・液漏れ防止
- ☐ 薄い底層、塩2種、天然石、RGB色、上層の順序
- ☐ 気泡と縁を美しく整える

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

動画を止めながら持ち歩くお守り本体を制作する。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

塩と石を枠の縁から離し、表面に尖りや露出がないことを確認する。

残すもの

硬化前後の表裏写真
お守り本体1点

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 16

Day 76 Lesson3 20～25分

Lesson3制作② ネックレス・キーホルダー仕立て

この回でできるようになること

- ☐ 完全硬化・縁・厚み・ひびの確認
- ☐ 丸カンの正しい開閉と金具の取り付け
- ☐ ネックレス／キーホルダーの選択
- ☐ 引張確認・金属アレルギー・小部品の注意

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

用途を選んで金具を付け、強度と装着感を確認する。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

毎日使うバッグにつけられるよう、キーホルダーに仕立てる。金具の開きと強度を確認する。

残すもの

完成アクセサリー
強度チェック

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 17

Day 81 Lesson3 18～22分

言葉を添えて 大切な人へ届ける

この回でできるようになること

- ☐ 白い八角香り皿を家での居場所にする
- ☐ 香りは皿だけ、レジンと金属へ付けない
- ☐ 言結びカードと60秒の作品ストーリー
- ☐ ギフトの取扱説明と写真

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

お守り+香り皿+カードを一組にし、贈る相手を思って撮影する。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

言結びカードに「焦らなくて大丈夫。あなたの歩幅で」と添える。

残すもの

言結びセット
60秒作品ストーリー

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 18

Day 86 Lesson4 15～20分

花ひらく花守り お花モールドの世界

この回でできるようになること

- ☐ 指定花モールドで作る花守りの構造
- ☐ 型の細部を作らず、型の輪郭を生かす
- ☐ 白の凹凸・光・影・余白
- ☐ 講座課題と応用モールドの違い

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

指定花モールドと完成見本を見比べ、飾る場所と添えたい一言を決める。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

玄関に飾り、帰宅した時にほっとできる白い花守りを作りたい。

残すもの

Lesson4コンセプト
花守りへ添える一言

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 19

Day 91 Lesson4 20～25分

いろんなモールドで 広がる作品づくり

この回でできるようになること

- ☐ 月・星・ハート・季節型・幾何学型の応用例
- ☐ 形・深さ・細部・大きさの見方
- ☐ 離型しやすさと底面の安定
- ☐ 全部作らず、作ってみたい一型を選ぶ

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

応用見本から作ってみたい形を一つ選び、相手・場所・言葉と選んだ理由を書く。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

細部がつぶれにくく、底面が安定する花型を選ぶ。選んだ理由は「光と影がきれいに見えるから」。

残すもの

選んだモールド
作品テーマ／選んだ理由

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 20

Day 96 Lesson4 25～30分

Lesson4制作① お花モールドと塩の封入

この回でできるようになること

- ☐ 指定花モールドへ計量済みパウダーを流す
- ☐ 普通塩とヒマラヤ岩塩を縁から離して直接封入
- ☐ 細部の気泡を減らし、塩を完全に覆う
- ☐ 約1時間硬化後、外側からやさしく離型

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

材料・花モールド・塩2種を照合して制作し、硬化前・離型直後・完成を撮影する。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

塩を型の縁から離して置き、気泡が入りやすい細部へ先に材料を行き渡らせる。

残すもの

花守り本体
硬化前・離型直後・完成写真

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 21

Day 101 Lesson4 20～25分

Lesson4制作② 八角香り皿と香り札

この回でできるようになること

- ☐ 花守り本体は加工・接着せず、モールドの形を生かす
- ☐ 白い八角香り皿へ取り外せる状態で載せる
- ☐ 3精油からテーマに合う1本を選ぶ
- ☐ 香り札と100日記念の一言を添える

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

香り皿と香り札を制作し、花守りを取り外せる状態で一組にする。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

花守りにレモンの香り皿を合わせ、香り札には「今日の小さな喜びを見つける」と書く。

残すもの

花守り+香り皿+香り札

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 22

Day 106 Lesson4 18～22分

空間に飾り 作品を美しく撮る

この回でできるようになること

- ☐ 玄関・寝室・仕事場など置く場所の違い
- ☐ 自然光・背景・高低差・余白
- ☐ 香りを強くしすぎず暮らしになじませる
- ☐ 正面・斜め・細部・使用場面の撮影

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

同じ作品を2か所に置いて撮影し、より美しい一枚を選ぶ。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

窓からの柔らかい光を使い、背景を一色にして、作品の周りに余白を残す。

残すもの

配置Before／After
作品写真3枚

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 23

Day 111 100日プラン 18～22分

100日を振り返る 作れる私になった証

この回でできるようになること

- ☐ 100日で作った作品と小さな一歩を振り返る
- ☐ 上達を作品棚と写真で見える化
- ☐ 自分→家族→大切な人へ作る理由を広げる
- ☐ 次の30日で作りたいものを決める

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

作品を一か所に並べ、100日前との違いを言葉にする。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

完成した作品の数、続けられた日、できるようになった工程を事実で書き出す。

残すもの

100日振り返り
作品棚の写真

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 24

Day 116 Lesson5 18～22分

オルゴナイト 光を宿す結晶守りの設計

この回でできるようになること

- ☐ 通常レジン盛り塩とオルゴナイトの違い
- ☐ 塩・天然石・金属・色・光の役割
- ☐ ハーモニー・リーディングからテーマ設定
- ☐ 層と光の抜け道を設計

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

主役の石と色を選び、層構成図とドライレイアウトを作る。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

中心の水晶を主役にし、金属と塩は流れをつくる脇役として配置する。

残すもの

Lesson5コンセプト
層構成図

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 25

Day 121 Lesson5 25～30分

Lesson5制作① 下層と中心をつくる

この回でできるようになること

- ☐ レジンの計量・混合・気泡対策
- ☐ 下層から塩・石・金属を安定させる順序
- ☐ 部分硬化で沈み・浮きを抑える
- ☐ 層ごとの記録を残す

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

下層から中心層まで制作し、各段階を撮影する。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

中心層の素材を入れ過ぎず、硬化前後の位置の変化を写真とメモで残す。

残すもの

下層・中心層
工程写真

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 26

Day 126 Lesson5 25～30分

Lesson5制作② 上層・硬化・仕上げ

この回でできるようになること

- ☐ 上層を透明に閉じ、光を残す
- ☐ 浮き・傾き・気泡・硬化不良への対処
- ☐ 離型・研磨・欠け・べたつきの確認
- ☐ 全方向から完成度を検査

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

上層から仕上げまで行い、明るい場所で全方向を確認する。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

尖り・べたつき・大きな気泡・素材の露出がないか、正面・側面・底面から確認する。

残すもの

オルゴナイト本体
全方向写真

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 27

Day 131 Lesson5 18～22分

光と香りを一組にし 作品棚を整える

この回でできるようになること

- ☐ 別体の白い八角香り皿とセットにする
- ☐ レジンへ精油を垂らさず皿だけで香らせる
- ☐ 自然光と鏡面で結晶の光を撮る
- ☐ 既習作品から卒業制作の要素を選ぶ

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

オルゴナイトを撮影し、作品棚から卒業制作に生かしたい要素を3つ選ぶ。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

光の作品と白い八角香り皿を一組にし、説明は「願いを思い出すお守りクラフト」とする。

残すもの

オルゴナイトセット写真
作品棚・3要素

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 28

Day 146 Lesson6 20～25分

卒業制作① 私の代表作を設計する

この回でできるようになること

- ☐ JPAカラーカードから代表作のテーマを受け取る
- ☐ 飾る場所・届ける相手・願いを具体化
- ☐ 学んだ技法から必要なものだけを選ぶ
- ☐ 主役・脇役・高低差・余白・八方を設計

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

コンセプトを一文にし、上面図・側面図・素材一覧を作る。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

今の自分へ「選んだ道を正解にする」という言葉を届ける代表作を設計する。

残すもの

卒業制作コンセプト
配置図・素材一覧

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 29

Day 161 Lesson6 25～30分

卒業制作② 守護の庭を形にする

この回でできるようになること

- ☐ 本体ごとに八角香り皿を用意
- ☐ 素材別の制作と安全・完全硬化
- ☐ 八方・主役・余白を見直す
- ☐ 途中写真から一度離れて全体を整える

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

卒業制作を完成し、品質チェックと修正を行う。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

主役を一つに絞り、高低差を三段階にして、作品同士の間へ余白をつくる。

残すもの

制作途中写真
卒業制作完成作品

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

VIDEO 30

Day 176 修了 20～25分

卒業制作発表 アーティストとして歩き出す

この回でできるようになること

- ☐ 正面・斜め・細部・使用場面を撮影
- ☐ テーマ・素材・願いを3分で語る
- ☐ 6か月前と今の自分を振り返る
- ☐ 修了作品の提出と次の100日プラン

やってみよう・書いてみよう

今回のワーク

卒業制作・写真5枚・3分ストーリーを提出し、5日以内の一步を予定へ入れる。

記入例（この通りでなくて大丈夫です）

作品名、届けたい相手、選んだ色・香り・石、制作で変化したこと、次の一步を3分で話す。

残すもの

卒業制作提出一式
次の100日プラン

今日の小さな一歩

- ☐ 動画を見た
- ☐ ワークを書いた
- ☐ 必要な写真・記録を残した
- ☐ 次に変えることを一つ決めた

今日の日付 ____年__月__日 今の気持ち _____

6か月の振り返り | アーティストとしての私

- ☐ 塩・香り・色・天然石・形を、安全に選べるようになった。
- ☐ 本体と白い八角香り皿を「二つで一つ」の作品として作れる。
- ☐ ラベンダー・ペパーミント・レモンから、テーマに合う香りを選べる。
- ☐ RGB3本から必要な色を作り、見え方を記録できる。
- ☐ JPAオリジナルカラーカードから浮かんだ言葉を、作品へ生かせる。
- ☐ レジンへ塩と天然石を安全に封入できる。
- ☐ 持ち歩くお守りを安全な金具で仕立てられる。
- ☐ お花モールドから、作りたい世界観を選べる。
- ☐ オルゴナイトを層・光・余白から設計できる。
- ☐ 効果を断定せず、込めた願いと物語を自分の言葉で伝えられる。
- ☐ 自分の代表作を完成させ、3分で紹介できる。
- ☐ 次の100日に向けた小さな一歩を決められる。

6か月前の私へ伝えたいこと

次の100日へ

次に作りたい作品、届けたい相手、続けたい小さな行動を一つだけ決めましょう。