

# MY AROMA ROUTINE

なりたい私の新習慣

**MY OIL**

マイオイル

---

**HOME**

エントランス

リビング

キッチン

書斎

子供部屋

お風呂

寝室

**ACTIVITIES**

スポーツ

瞑想

ヨガ

お掃除

デート

旅行

勉強

アウトドア

**FEELING**

リラックス／平穏

エキサイト／喜び

エネルギー／遊び心

集中／コンフィデンス

怒り／ジェラシー

恐怖／不安

圧倒／コンフューズド

悲しみ

**TIME**

6:00 - 9:00

9:00 - 12:00

12:00 - 15:00

15:00 - 18:00

18:00 - 21:00

21:00 - 24:00

24:00 ~

マイ・アロマ  
ルーティーンに  
加えたいYL製品を  
ご記入ください。

**SEASONS**

春

夏

秋

冬

