



dōTERRA

VEGGIE CAPS

ベジタブルカプセル

△ 基本の使い方

※作り置きはできませんのですぐにお召し上がりください。

※すべてのエッセンシャルオイルが摂取できるわけではありません。
必ず食品添加物カテゴリの製品をご使用ください。

エッセンシャルオイルを直接入れる場合

その日の気分や調子に合わせて、
手軽にオイルを摂取できます。

1



カプセルを取り出し、
上下を引っ張って
開ける。

2



食用油や
はちみつなどを
半分ほど入れる。

3



お好みの
エッセンシャルオイル*を
1~2滴入れる。

4



ふたをして
出来上がり!

目的に応じたブレンドオイルを作る場合

あらかじめ合わせておけば手間いらず。
外出時にも便利です。

1



ガラス容器にお好みの
エッセンシャルオイル*を
ブレンドする。

2



3:7の割合になるよう、
食用油やはちみつなどを
加えて希釈する。

3



適量をカプセルに
入れてふたをすれば
出来上がり!