### 会員交流会

今年は 3 年ぶりの現地開催。ワールド・カフェで楽しく語らい、仲間 とつながる時間として親睦を深めることが出来ました!グループに分 かれて「アロマセラピストになろうと思ったきっかけは?」「アロマセ ラピストになって忘れられないエピソードは?」「今後、どんなことを していきたいですか?」について皆で語りました。













総会で初お披露目!種類の異なる原料を蒸留の過程から混ぜ合 わせ、同じ蒸留釜で蒸留する方法で採油された co-distillation (コーディストレーション) 精油、国産精油、抗酸化力の高い マルラオイルなどのキャリアオイル、Kobe Aroma Company× 青森ひば木工職人とのオリジナル青森ひば商品な どがずらりと並び、精油の香り、オイルの質感などを試され、 休憩時間は大盛況♪お買い物を楽しまれていました!





## 毎年恒例のお楽しみ抽選会

精油バック&ミニポーチ付きセットを始め、アロマディフーザー、精 油&アロマストーン、ハーブ石けん&クリームが8名様に当たりました。 おめでとうございます!





# 閉会の挨拶

### JCAA 会員 中村由美子さん



今回は会場でお会いすることで、皆さんのエネルギーが集まり化学変化が起きていると感じまし た。特別講演の志村祥瑚先生のマジックと精神医学のお話、秋山先生のマヤカレンダーという新 しい視点でのお話を伺い、知らないことを知り、本当に大切な目に見えないものが手元にあるこ とを実感できました。このような会で皆様の奮闘をお聞きすると大変力になり、同じ意識のもと でご活躍されていることに勇気を頂きます。本当に楽しい時間を過ごさせていただき、ありがと うございました。



たくさんのご意見・ご感想を ありがとうございました!

直接話が聞ける、 話せるというこ とが本当に大切 だと感じました。



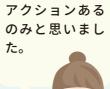
同じ志を持つ仲 間が大勢いるこ とが実感できて 嬉しかったで

残りました。

志村祥瑚先生の 固定概念の外し 方が非常に心に

ずっと知りたかっ たマヤの話をわか りやすく聞けて良





活動報告を聞き、





# 第7回JCAA総会

Love myself ~ケア人としての「私」のつくり方~



日時:2022年7月31日(日) 会場:UNITY〔神戸研究学園都市〕

第7回総会「Love myself ~ケア人としての「私」のつくり方~」が3年ぶりに神戸で現地開催されました。新型コロナウイル ス感染症が広がる中、多数の会員様にご参加いただき心よりお礼申し上げます。今回はメンタルコーチとして活躍する精神科医 の志村祥瑚先生、マヤ暦研究家の秋山宏宣先生に特別講演をしていただきました。また、様々な領域からの活動報告、活発な会 員交流会などとても充実したプログラム内容で盛会のうちに閉会することが出来ました。 来年は 2023 年 7 月 30 日(日)に名古屋で開催を予定しております。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

# 開会の挨拶

## JCAA 代表理事 竹林直紀先生

設立 8 年目となる日本臨床アロマセラピスト協会(JCAA)は、コロナ禍により 2020年度総会の開催が見送られ、3年ぶりに神戸にて第7回総会を開催することと



なりました。ポストコロナのこれからの時代にお いては、情報・知識・コミュニケーションなど、 形がないものが重視される『風の時代』と言われ ます。臨床アロマセラピストも、部分ではなく全 体を俯瞰したホリスティックな視点から情報収集 し状況を判断することが求められます。そのため には、テレビや新聞などマスメディアの報道を決 して鵜呑みにせず、「自ら元情報や元データを確認 」し「自ら考え判断する」トレーニングが必須と なります。他人や世間に同調することなく、まず 自分自身がしっかりと「センタリング」と「グラ ウンディング」することが大切です。今回の総会が、 その一助となることを心から願っています。

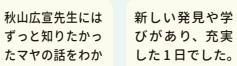
# 総合司会

相原由花先生 (JCAA 理事)









### 特別講演1

## マジックと精神医学を組み合わせた <脳の固定観念の外し方>

志村祥瑚先生

精神科医・マジシャン

### 講師プロフィール

慶應義塾大学医学部卒業後、ラスベガス世界大会優勝マジシャンとしても活躍。マジックにある脳の「錯覚」や「思い 込み」を扱う技術を精神医学と融合させ、世界初のメンタルトレーニングを開発。国内外から高く評価され、2020 東京 五輪でメンタルコーチを担当。指導した「新体操フェアリージャパン」は世界選手権において 44 年ぶりの総合銀メダル、 史上初の金メダルに輝いた。News Picks「時代を象徴する 10 人」に選出。社員の生産性を高める企業顧問医や、全国 で講演研修、経営者・トップアスリート・芸能人のエグゼクティブコーチを務める。一般社団法人 日本認知科学研究所 代表理事。

### 抄 録

アロマセラピーには不眠症治療や気分障害、慢性疼痛の緩和などの効果があると聞きます。効果の大部分は香りによる リラックス効果ですが、他にもプラシーボ(思い込み)作用によるリラクゼーション効果も知られています。「効果があ る」と思うから効くプラシーボ。この思い込みの力は実際どこまで効果があるのでしょうか。最新精神医学に基づく認 知と思い込みのメカニズムを、マジックを使ってわかりやすく体感的に説明していきます。

### 当日の講演

ご登壇の直後から始まったマジックと共に、会場中が志村先生の世界に引き 込まれていきました。「言葉」という思い込みのメカニズムについては、フェ アリージャパンでのメンタルトレーニングの様子を交えて、いかにポジティ ブな言葉かけが固定観念を作らずその人の可能性を広げるかについてお話い ただきました。次に、「立場」という思い込みのメカニズムについては、トイレッ トペーパーを使ったマジックをとおして、見る角度によって「思い込み」が 生まれること、自分の物の見方がすべてではないことを体感しました。意識 のフォーカスを広げ、「思い込み」という囚われを外すことで、自分自身を解 放し、豊かな人生を歩むきっかけとなることを改めて気づかされました。患 者様と関わるケア人として、大変興味深く貴重な時間となりました。





### 特別講演2

## 銀河のリズムを知ることで自然な「時間」を取り戻そう!! ~生きにくさ、窮屈さを感じてしまう理由とは何か?~

秋山広宣先生

銀河のマヤと古代マヤ研究者 あすわ代表

### 講師プロフィール

高次元のエネルギーマトリクス「銀河のマヤツォルキン」だけを用いたカレンダーカウンセリング「マヤ鑑定 (R)」を創 り上げ、これまで 5000 人以上のマヤ個人セッションを行う。高次元の宇宙情報「銀河のマヤ」と、マヤ文明の伝承とし ての「古代マヤ」の深部の情報との両方に精通する極めて稀有な存在であり、マヤの実践研究者として、カリスマ的な 人気を誇る。

いま、「マヤ暦」と認識されている 260 日のカレンダー「銀河のマヤツォルキン」は、地球人の意識を上げるために高次元の意 識知性によって贈られた「銀河からの贈り物」であり、私たち地球人類の意識進化をサポートしてくれるもの。どうして、人 類には、いつまでも争いが絶えないのだろうか? どうして人は、不安や恐れ、怒りや依存を抱いてしまうのだろうか? ど うして、生きにくいのか? それは、私たちの意識の波長を、不安や恐れ、心配や怒りに振動接続させるために、時間で縛り つけられているため。絶対的に隠されているその盲点に気づき、時間の捕縛から抜け出すために、銀河のリズムが存在します!! 自然のリズムとは、宇宙のリズムです。これから本格的に始まる激動の時代に、いま一度、宇宙のリズムを取り戻しませんか?

### 当日の講演

私たちの目に見えないところには様々な次元があることや、私たちが時間と いうものに縛られて生きていることなど、今まで考えたことのない視点での お話を大変興味深く伺いました。普段使っている 12 ヶ月のカレンダーではな く、自然や宇宙と調和した 260 日のカレンダーの見方を教えて頂き、マヤ暦 という新たな視点で時間を考えたとき、違う人生のサイクルが見えてきまし た。ホリスティックな視点を学び、目に見えないものの大切さを知っている 会員の皆様には、感じるものが沢山あったのではないかと思います。宇宙と 調和した「銀河のマヤカレンダー」を拝見し、自分自身の生き方を振り返る 時間となりました。



## 活動報告

各分野で活動されている会員様6名による活動報告。サロン、大学、小児、訪問看護、介護、 助産の現場でのアロマセラピストとしての実体験をお話しいただきました。仲間の頑張り から多くの学びと刺激を得ることが出来ました!!









サロン

### 小規模サロンの役割と展望/Mテクニック®を用いたホスピスでの緩和ケアアロマセラピー

HCPS 認定プロフェッショナルアロマセラピスト 柳澤実和さん 東京校 4 期

自宅サロンでのクライアントの施術を通して、また、ホスピスでの緩和ケアで関わった患者さんのエピソー ドから、よりパーソナルな「寄り添うケア」の大切さについてお話しくださいました。お一人ひとりの心と 体、スピリチュアルペインにじっくりと向かい合う様子が伝わってきました。柳澤さんのサロンのホームペー ジも素敵です!



大学

### 看護学基礎教育におけるアロマセラピー

HCPS 認定プロフェッショナルアロマセラピスト 岩瀬貴子さん 名古屋校 11 期

大学の教員として、看護基礎教育の中でアロマセラピーの実践を指導している岩瀬さん。学生さんと共に地 元にある商業施設内でハンドマッサージのイベントを行ったときの様子、相モデルでハンドマッサージを練 習している学生さんの反応、アロママッサージをテーマとする卒業研究などを紹介いただきました。アロマ セラピーが看護教育の中に取り入れられて、看護ケアとして広がっていく様子が伺えて、今後が楽しみにな りました。



小児

### お母さんと子どもへのアロママッサージのボランティア活動

HCPS 認定チャイルドハビリテーションアロマセラピスト®福田満智子さん名古屋校9期

現在、小児科クリニックに勤務しながら、地域医療に携わり、お母さんと子どもに寄り添っています。院内 にケアルームを開設したり、地元のラジオに出演したり、地域でのボランティア活動や夏休みこどもカル チャー講座で親子アロママッサージを開催したりと活動を広げています。アロママッサージを子どもへのサ ポートのツールとして不登校、虐待などが少しでも減少することを願いながら関わっている様子を報告いた だきました。



訪問 看護

介護

### 訪問看護でのアロママッサージ~どうかこの香りとぬくもりが届きますように~

HCPS 認定臨床アロマセラピスト® 今城仁美さん クリニカル 11 期

訪問看護の現場で、アロママッサージが「癒し安楽にできるケアである」と認知されていないことに悔しさ と無力感を感じつつも、臨床アロマセラピストとして道なき道をつくるところからスタートした今城さん。 現在では、がん末期、メンタル、パーキンソン病、認知症などの多くの患者さんにアロマケアを届けていま す。がん末期で余命わずかの患者様からの「天国にいるようだったよ」という言葉にあるように、最期まで 自分らしく生き抜くことをサポートされている様子が伝わってきました。





介護老人保健施設でのアロマセラピー

HCPS 認定臨床アロマセラピスト® 中根逸美さん クリニカル 10 期

コロナ禍で大きく変わった介護現場。閉鎖された環境は、入所者様の意欲の低下、ストレス、認知症の悪化 を招きました。そのような中でも、入所者様の抱える老いへの喪失感と孤独感に寄り添いながらアロマケア を実践されている活動の様子を報告くださいました。今後は、レクリエーションではなく、介護におけるケ アの一つとしてアロマセラピーの有効性を知ってもらうように職員向けにセミナーなども計画しているそう です。



助産

### アロマケアによる妊娠・出産・産後の母親の心身に寄り添うケアの向上を目指して

HCPS 認定臨床アロマセラピスト® 中村由美子さん クリニカル 10 期

開業助産師として訪問先でのアロマケアの様子をご紹介いただきました。コロナ禍で強い緊張を抱えた妊産 婦さん、産後の育児疲れを感じているお母さんへの心と身体のケアを行っていらっしゃいます。「ひとりで 頑張らないでください。香りと心地よいタッチに包まれる幸福感が、我が子にもつながっていきます」とい う母親へのメッセージに心が温かくなりました。

