aromapio
アロマピオ
総会特別号
2023年12月発行
日本臨床アロマセラピスト協会

第8回 JCAA 総会　Be Happy ～ 幸せになるエッセンス ～

日時：2023年7月30日（日）　ウインクあいち（名古屋市）　参加者数：108名

第8回総会「Be Happy　～幸せになるエッセンス～」が名古屋で現地開催されました。特別講演には、山口創先生、玉置 妙憂先生にお話し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2024年6月29日（土）に横浜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。

総合司会
三澤 寿織さん
（関東支部評議員）

会員交流会

今年のワールド・カフェでは総会のテーマ「Be Happy ～幸せになるエッセンス～」にちなんで、「幸せだなと思う瞬間」「幸せを感じる香り」「未来の幸せな自分の姿」というテーマで、グループに分かれて楽しく語らい、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！

毎年恒例のお楽しみ抽選会

精油バック、アロマルームランプ、精油 & 青森ひば製品、ハーブ石けんなどが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

東海支部評議員　松野英美さん

特別講演、活動報告も非常に興味深い内容でした。ワールドカフェでは、それぞれの期を超えた交流がなされ、お昼休憩の時間も大いに盛り上がり、会場の雰囲気も良く、活気を感じられる総会であったと思います。皆さん来年は横浜でお会いしましょう！

参加者からの声

とても刺激になったし、勉強になりました。自身の中で情報や知識を整理し、また勉強しなおして、今働いている訪問看護の中でアロマを導入していきたいと思います。本当にとてもいい総会でした。

交流をもてて、とても楽しかった。大変有意義な一日となりました。来年も参加します！

対面の良さを改めて感じ、良い刺激になりました。ありがとうございました。

Kobe Aroma Company 特別即売会

総会で初お披露目！ Kobe Aroma Company オリジナルブランド「aroma vitae」（アロマヴィーテ）精油が先行販売されました。Natur's gift、Grace of Japan、キャリアオイルなどの商品がずらりと並び、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！

日本臨床アロマセラピスト協会からのお知らせ

令和４年度 事業報告・収支決算報告

本総会にて令和４年度の事業報告及び収支決算等が承認されましたことをご報告いたします。

JCAA 公式 LINE＆Instagram のお知らせ

JCAA のイベント開催情報・ボランティア募集など最新情報をお届けしています！是非、ご覧ください。
アカウントをお持ちの方は、是非！フォローをお願いいたします。

LINE

Instagram
@JCAA_2015

開会の挨拶　JCAA 代表理事　竹林直紀先生

3年以上にも及んだコロナ禍も、5類指定感染症となったことで、日本でもようやく社会的にも終息に向かい始めました。本来、五感を使った社会的交流を行い、安心・安全を確認してきた人類にとって、「目に見えないウィルスという敵」が出現したと思い込んでしまった結果、マスク・消毒・自粛・隔離によりウィルスから逃げようとし、遺伝子ワクチンでウィルスと闘おうとしました。また、何とか敵を見つけようと過剰な検査を繰り返したことで、見えなければ何も感じなかった不安や恐怖をさらに強く感じ、心身ともにフリーズしてしまったのです。
精神生理学者ポージェス博士により提唱された『ポリヴェーガル理論』では、自律神経をその働きから「交感神経」「腹側迷走神経」「背側迷走神経」の３つに分類し、安心・安全や危険などを本能レベルで瞬時に判断し行動する役割を担っているとしています。
コロナ禍が終わったこれからは、人類が体験したフリーズ状態をリセットしていく時期であり、そのために臨床アロマセラピストが果たす役割は非常に大きくなるでしょう。
今回のテーマ「Ｂｅ　Ｈａｐｐｙ」にありますように、心から安全、安心で幸せを感じることができる生活に向けて、皆さん自身ができることを探し、実践していくなかではじめて前に進んでいけることができると思います。精油とタッチを用いたホリスティックケアで、多くの人がポストコロナの新しい時代に向けて、再び歩み始めることができることを願っています。

特別講演 1

タッチとアロマの相乗効果 ＜オキシトシンの観点から＞

山口 創先生　桜美林大学リベラルアーツ学群教授
臨床発達心理士、博士（人間科学）

講師プロフィール

1996年　早稲田大学大学院人間科学研究科終了、1999年　聖徳大学人文学部講師を経て、現在は、桜美林大学リベラルアーツ学群教授。触れること、スキンシップが人間の心理や心の発達に与える影響について、従来の心理学の領域を超えた研究に取り組まれています。

抄　　録

香り（嗅覚）とタッチ（触覚）は、どちらも情緒にアプローチする方法で、自律神経を整えオキシトシンの分泌を促します。そしてそれらを同時に活用することで、相乗効果が期待できます。講演では、相乗効果を生み出すための方法について、最新のエビデンスを中心に紹介していきます。

当日の講演

タッチ研究の第一人者、身体心理学がご専門の山口先生からは、「なぜ、タッチが心と体を癒やすのか」について研究結果を踏まえて以下のお話しいただきました。
快を感じる「C触覚線維」は有毛部にあり、ゆっくりとした速度“1秒間に5センチくらいの速さ！”で触れられることで気持ちよさが感じられること。そして、安心・安全な空間のなかで、優しく触れられた場合には、「自分は大切にされている」という感覚が得られ、オキシトシンが分泌されること。「触れる」と身体が同調し、疼痛が緩和する。「さわる」という一方的な接触では、C触覚線維は反応しないことなど。
「触れる」と「さわる」の違いからも、私たちが学んできたアロママッサージは、感情に深く関わっていることがよくわかるお話でした。貴重な講演をありがとうございました。

特別講演 2

「生きること」を支える ＜スピリチュアルケアと香り＞

玉置 妙憂先生　看護師、僧侶
一般社団法人「大慈学苑」創設者代表

講師プロフィール

専修大学法学部卒業。その後、看護師、看護教員の免許を取得。夫の“ 自然死 ”という死にざまがあまりに美しかったことから開眼し出家、高野山にて修業をつみ高野山真言宗僧侶となる。現在は、現役の看護師としてクリニックに勤めるかたわら、院外では、非営利一般社団法人大慈学苑代表として活動されています。

抄　　録

「スピリチュアルケア」とは、人生という物語を書き換える作業の手伝いだと考えています。そのスピリチュアルケアに、「香り」が大きく影響したケースが、これまでにいくつもありました。「香り」は脳の本能的な行動や感情、直感に関わる大脳辺縁系にダイレクトに届くためか、潜在意識の彼方に埋もれた記憶を想起し書き換えるという作業を助けてくれるようです。いくつかの事例をご紹介しながら、スピリチュアルケアと「香り」についてご一緒に考えたいと思います。

当日の講演

解釈の難しい「スピリチュアル」という言葉を「小さな箱」として表現し私たちに理解しやすく伝えてくださいました。「香り」は、スピリチュアルの小さな箱が開くきっかけになり、物語の書き換えを起こさせ、スピリチュアルペインを軽減する拠り所になる可能性があるといったお話は興味深いものでした。講演の最後には、ケアに携わっている我々が、少しでも楽になるように次のようなご提案のギフトをくださいました。①思考の鎖を断ち切る、②言葉をメンテナンスする、③この世は○○と知る（この世の中には何一つとして同じ形で生き続けることはない、諸行無常の教え）、④執着を捨てる、⑤自利を満たす（お釈迦様の仰る「自利をもって利他をなせ」良い利他のために自利を満たす）スピリチュアルペイン、スピリチュアルケアで大切なことをわかりやすく、楽しくご教授いただきました。貴重なご講演をありがとうございました。講演後の書籍販売会は完売の大盛況でした。

活動報告

訪問看護ステーションにおけるアロマセラピー活動の現状と課題

HCPS 認定臨床アロマセラピスト®　宮田 彩さん（クリニカル 12 期）

勤務されている在宅看護センターで、看護師兼アロマセラピストとして活動されている宮田さん。2022 年の1年間の活動（①訪問看護利用者へのアロママッサージ、②お見取り後の遺族ケア、③児童発達支援の利用児へのタッチケア）を通して見えてきた現状と課題について発表くださいました。今後は、訪問看護の中だけではなく地域での活動を広げていきたいと考えておられます。多岐にわたる活動内容に参加者からの質問も多く、とても高い関心がうかがえました。

活動報告

薬局でのケアルーム開設に向けて

HCPS 認定プロフェッショナルアロマセラピスト　深谷 さおりさん（クリニカル 13 期）

病院薬剤師として病棟勤務の経験を持つ深谷さん。心と体のバランスを整えていくことに主眼をおき、漢方とカウンセリングを主体に経営する薬局でのアロマセラピーケアルーム開設に向けた取り組みを発表くださいました。資金調達のために活用した補助金制度の申請から受給までの経緯、アロマケアルームを PR するために開催したセミナーでの参加者の反応などをお話くださいました。今後は、タッチングの効果を体験できるセミナーを計画するなど、本格始動に向けた取り組みを着々と進められています。

活動報告

高齢者へのアロマセラピー

HCPS 認定臨床アロマセラピスト®　髙橋 美香さん（クリニカル 8 期）

特別養護老人ホームに看護師として勤務している髙橋さん。施設では入所者の生活全般に介助の手が必要で、コミュニケーションが深く取れていないのが現状です。日々の業務の中で、「利用者の声に自分がどれだけ耳を傾けているか？」という気持ちを持ち続けていました。今回の発表では、介護抵抗がある入所者にアロママッサージを介入したことでみられた利用者、介護職員、フロア全体の雰囲気の変化と髙橋さんご自身の気づきを発表くださいました。

研究報告

今回はポスター掲示のみでしたが、皆さんの関心も高く、看護現場、子育て、また支援の現場においてアロマセラピーを取り入れていこうと検討している方にとっても、一助となることが期待できる研究であったと思います。貴重な研究発表をありがとうございました。

病棟看護師の疲労緩和に対するアロマセラピーの効果

HCPS 認定臨床アロマセラピスト®　松田 有香さん（クリニカル 12 期）

香りをディフューザーで蒸散することによって、病棟看護師の疲労が緩和するのかを検証する研究を発表してくださいました。

乳幼児を持つ母親の苛立ちへの香りの効果に関する予備的研究

HCPS 認定臨床アロマセラピスト®　山田あかねさん（クリニカル 12 期）

乳幼児を持つ母親が、香りを纏うことにより、苛立ちが緩和するのかを検証された研究を発表してくださいました。

Lunchtime お昼休みは・・・

まるでプチ同窓会、親睦会のように、仲間同士が集まりランチタイムを楽しまれていました。