

aromapiio アロマピオ

第5号

第2回

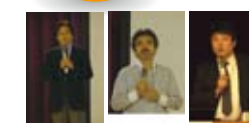
JCAA 総会

～可能性をひろげよう～

国立病院機構 名古屋医療センター



合言葉は、「J」



代表理事・竹林直紀先生の開会の挨拶から始まりました。理事・田村祐樹先生、監事・佐々木伸弁護士からご挨拶を頂戴しました。



今年のJCAAの活動についての発表、春に行ったスウェンソンの活動報告がありました。(事務担当：荻沢知夏さん、代表報告発表：奥家ゆかりさん)



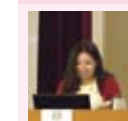
名古屋で始まったボランティア実習の報告(引率担当：吉田一江さん)

少しずつ各地での活動が広がってきています。また来年どんな報告ができるか、とても楽しみです。

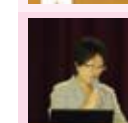
各領域での活動報告発表



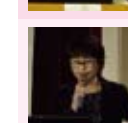
広島で独立開業している船津一美さん(AHCP7)。思いがけないご主人の転勤で、知らない土地でどのように情報を入手し、活動の場を広げてきたかを話してくださいました。



児童デイサービスで活躍の藤本陽子さん(神13)。子どもたちがアロマを受けて、とても幸せそうな顔をしている様子がわかりました。子どもたちの成長に役立っているのだと感じました。



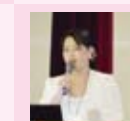
住居型有料老人ホームで看護師としてアロマセラピーも含めてケアを行っている長谷川真希さん(神9、CL5)利用者様はもちろんですが、スタッフのみなさんにアロママッサージをしながら、理解を得る努力をしてこられている様子が伝わってきました。



大学附属病院で活躍の小児科の看護師、坂田ひとみさん(名4、CL4)最初は院内業務の合間に時間を作りアロマを実施していた坂田さん、その効果を認められ、上層部から材料費を出してもらった経緯を教えてくださいました。



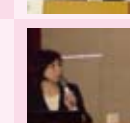
独立開業しながら、産婦人科領域で活躍の大村美智代さん(名1)。行政の子育て支援にも参加され、ネットワークをどんどん広げられています。



女性支援に力を入れている大阪の生魚がおりさん(AHCP4)いじめや虐待…対象になりやすい女性たちを何とか救うためにいろいろなサポートをされており、香りやtouchがその一役を担っていることがわかりました。



訪問看護ステーションで活動する谷口里江さん(神9、CL5)人の命は尊い、それを支える責任があるとあらためて感じ、谷口さんの用意された映像に胸が熱くなりました。



奈良医大の緩和ケアチームで活躍する北出美佐代さん(大7、CL4)医師の協力が得られる理想的な環境ではありましたが、活動を通して導入時の現状から広がっている理解、可能性について報告してくれました。

各テーブルがプチ同窓会に!!

久しぶりの同期との再会♡ また同じ領域で活動されている方との情報共有の場に! あっという間のお昼時間でした。

特別講演



ダブルメジャーの可能性

～外科医から緩和ケア医、そしてがん哲学外来～

竹川 茂 先生

富山県立中央病院緩和ケア科部長
日本シオオンコロジー学会認定
CST ファシリテーター

先生自身が外科医から緩和ケア医、そしてがん哲学外来へと変わっていったナラティブを自分のこれまでの軌跡を振り返りながら、聞かせていただきました。

日本初上陸!精油のご紹介

生産者のMs.Marge Clark、この精油を薦めて下さったMs.Jane Buckle 先生からビデオメッセージを頂きました。精油の販売も大盛況でした!



医療用ウィッグ専門スウェンソン企画 第2弾

治療中から始めるアロマセラピーレッスン 各地で開催中!
昨年、全国でJCAA会員が活躍しました(株)スウェンソンのキャンペーン第2弾が始まりました。その名も「アロマサロン会」!

スウェンソンでは、様々な分野の講師を招いて、患者さんが講習会を受けられる催し物を行っています。患者さんにとって、役に立つ情報を提供したり、お話しや体験の時間を通してリフレッシュしてもらったりすることがサロンの目的です。

春のキャンペーンが好評だったため、この度「サロン会の講師」としてお仕事の依頼を各地から頂いております。(すでに湘南藤沢・横浜・神戸で開催されました)

参加して下さる方は、ウィッグを必要としている方々、治療中の患者さんが対象です。アロマについて話を聞くのが初めて!という方も多くいらっしゃいますので「アロマの「ア」の字から」という気持ちで、担当セラピストにはセミナー内容を組み立ててもらっています。そして企画本部からは、一般のアロマセラピストではなく、医学的な知識を持ったHCPS認定のアロマセラピストだからこそ提供できる内容を!と期待されていますので、ますます患者さんの役に立つ情報を提供するための工夫を必死に考え準備しているところです。

前半はアロマについてのお話し、後半の時間は、せっけんやスプレーなどのクラフト作りの時間として患者さんの好みやお話しも聞きながら、「私だけのとっておきの一品」を作れるように、上手に作るコツをお伝えします。

サロンの開催の要望は全国各地で随時挙がっております。人の前に立つて専門家として話をするという経験は、自分をプロとして成長させる最高の機会です。依頼があった場合は、ぜひ積極的に参加くださいな!



写真は神戸開催の様子

学会発表

2016年9月3日、4日
リーガロイヤルNCBにて開催
第5回エビデンスに基づく統合医療研究会
(eBIM 研究会)

「ナラティブとエビデンスの統合」

稲田寿美子さん、北出美佐代さんがポスターセッションによる発表をされました。

4日のワークショップでは講師として稲田寿美子さんが、「アロマハンドマッサージ」を指導されました。

HCPS(ホリスティックケアプロフェッショナルスクール)のブース出展もありましたので、参加の会員様にもお手伝い頂きました。



稲田寿美子さん
「不妊治療(採卵・移植前後)アロマセラピーの有用性」

北出美佐代さん
「大学病院の緩和ケアセンターにおけるアロマセラピーの導入」

来年、第6回は神戸にて開催されます。JCAA理事の平井みどり先生が世話人を務められます。日程:2017年9月2日3日 詳細は決まりましたらお知らせいたします。皆さん是非ともご予約にチェック下さいませ。

日本初上陸 新しい精油のご紹介 2017年1月から販売がスタートします!

Nature's gift は1995年からアメリカを中心に医療関係者、病院、ホスピスなどへ精油を届けてきました。



Nature's Giftの精油は、世界各地の生産者から注意深く選ばれたものばかり!

Jane Buckle 先生、
Rhiannon Harris 先生お墨付き!

Yukiko's Aroma News

このコーナーでは、アロマセラピーに関する海外論文などをご紹介していますが、今回は、これからのシーズンにおすすめの精油をご紹介します。

スクールで新たに取引をはじめたNature's Gift社から送られてきたサンプルに入っていた精油なのですが、なんともこころよく癒される香りです、とても気に入っています。

シベリアンファー(英名 Siberian Fir、学名 Abies sibirica)マツ科の植物、オーストリアの山に自生しているこの木の枝葉から水蒸気蒸留で抽出されたものです。針葉樹特有のツンとして香りではなく、やさしい甘さがあり、あたたかでもとてもこころよい香りです。



香りだけでなく作用もかなり魅力的で、鼻づまり、咳、痰などの呼吸器系の症状の緩和に役立つと言われていて、これからの季節は風邪やインフルエンザが流行りますので予防にもよいでしょう。また、エステル類のボルニルアセテートが約3割も入っていて、鎮静作用、リラックス効果がかなり期待できます。

呼吸器系によく使うオイル、ユーカリやローズマリーなどは18シネオール特有のツンとして香りが出て、どちらかというと目が覚めるような刺激的な香りですが、シベリアンファーはやわらかな香りです鎮静作用が高いので、風邪でつらい時に呼吸器系の症状を緩和しつつ、しっかり睡眠をとって体力を回復させたい時にもよさそうです。精油の安全性の世界的権威であるロバートテイランドもこの精油を安全で穏やかな作用があり使いやすい精油としてすすめています。

ちなみに、ファーは、「モミ」、クリスマスツリーに使われる木です。クリスマスツリーには「トウヒ」が使われますが、この木が使われることも多いです。どちらも空気を清浄にする木なので、病気を退治するために家の中にその木を入れたのがクリスマスツリーの始まりのようです。ちなみに、学名の「Abies」はラテン語で「永遠の命」。クリスマスはイエスキリストの誕生を祝う日ですが、諸外国では家族で過ごすことも多いようですので、こういう木を飾って家族の健康や平和を願うのかもしれないですね。

クリスマスのことを考えるとシベリアンファーは清らかでやさしくあたたかな香りなので、なんとなく「聖母マリア」のイメージに思ってきました。まもなく街はクリスマスシーズンでにぎわいますが、こういう香りを静かに香らせるのもいいなあと思っています。

お知らせ

親睦会について

今年も開催(関東地区、名古屋、関西地区、中国・四国地区、九州地区)いたします。皆様、お住いの地区の参加はもちろん、参加したいと思われる地区の参加も大歓迎です。詳細につきましては、決まり次第メールにてご連絡いたします。

| 関東(東京) | 名古屋 | 関西(大阪) |
|---|-----------------|---------------------------------|
| 日時:12月11日(日)14時半~ 場所:飯田橋・神楽坂周辺、お店は選定中 ※お茶をしながら協会や日頃の活動について皆さんでお話しできればと思います。 (東京担当:澤井世津子) | 日時:2月頃 場所:未定 | 日時:3月11日(土) 症例検討会とタイアップにて検討中 |
| 中国・四国地区 | 九州地区 | |
| 日時等未定 | 日時等未定 | |

アロマセラピスト保険について

2017年度(次年度)より、HPSアロマセラピスト保険から、JCAAアロマセラピスト保険に変更になります。変更に伴い、皆さんには契約更新の際にお手続きが必要となります。お手続きをおかけいたしますがどうぞ宜しくお願いいたします。尚、保険手続きに関しまして、詳しい書類は、12月中には郵送させていただきます。今しばらくお待ちください。

活動報告

症例検討会&勉強会

～幸せセラピストになるセルフケアセミナー～

名古屋

2016年7月31日開催

名古屋地区の皆様、お待たせいたしました！！
今回名古屋で初めて症例検討会が開催されました！

【症例検討会】
セラピストの関わり・役割について検討しました。参加者それぞれの経験・視点からいろいろな意見を聞ける良い機会になりました。それぞれの気づき、学び、新たな課題の発見につながったようです。



【勉強会】
産業看護師、ヘルスカウンセラーでもある早稲田ひとみ先生。企業のメンタルヘルス研修や個人セラピーなどの活動を通し、しなやかに生きるためのメンタルサポートや心の筋力トレーナーとして活躍されているとても素敵な先生、声や雰囲気から癒しの時間を演出していました。



「幸せセラピストになるセルフケアセミナー」
心地よさや幸せを伝えられるセラピストになるためには…自分が自分を知り、あるがままを認めてあげること。自分の気質に合ったセルフケアをし、自分自身を癒すことから始める必要があることを教えていただきました。受講者みなさんはセルフチェックを通して自分を感じ、知り自分にあったセルフケアをいくつか見つけられたようです。
呼吸法の実践を通して、心地よさを体感できた方もいらっしゃいました。自分をケアすることを後回しにしたり、ためらったりせずに大事にしたいですね。少人数開催でしたので、どちらも和やかな雰囲気の中、進行しましたよ。

※今回は2月に症例検討会&親睦会を開催の予定です。皆さんのご参加お待ちしております。

第59回心身医学会近畿地方会

2016年7月30日開催

「小児・思春期・成人シームレスな心身の健全育成に向けて」

大阪国際会議場にて開催ブース出展いたしました。
次回、第60回（2017年3月12日）でも出展の依頼がありました。
次回のテーマは、「職場におけるメンタルヘルスとその対応」です。



近藤夕記子さん 平木愛さん

詳細は12月初旬にメールにてご連絡いたします。

湯谷温泉ピンクリボンの日

2016年10月2日（日）開催

JCAA 理事の伊藤加奈子先生から、ピンクリボン運動・患者会の方へご縁が広がり、JCAA に依頼のありました。「湯谷温泉ピンクリボンの日」に前原右子さん（名5）、河合和代さん（名5）が参加下さいました。

-参加者の声-

サバイバーの方から治療についての話などが、まだまだ勉強不足を痛感することも……。単なる治療などの知識もそうですが、おひとりおひとりが持っている違い、それぞれが違う体験や想い、それを受け止めるだけの準備や力がまだまだと感ずることも、とてもいい経験になり、もし次回もあれば参加させて顶きたいです。

ご夫婦（パートナー）でお越し下さった方もおられ「初めて受けました 気持ちいいですね こういうことは必要なことですね」と患者様を支えて下さる男性にも知っていただける機会となつて良かったです。また、「アロマセラピーは知っているが、使い方がよくわからない」「昔買った精油があるけどどうしたらいいか?」「がん体験者向けの講座があったらいいな」etc などの声をいただき、アロマセラピーをお伝えできる機会をもっと作ってほしい」と改めて感じた一日でもありました。



イベント終了後は二人で源泉かけ流しの温泉に入らせていただきました。いいお湯でしたよ。

※「湯谷温泉ピンクリボンの日」は…湯谷温泉発展会さまと、乳がん患者会3団体が協力して開催している活動で、温泉に入って元気になろう!というコンセプトです。
※ピンクリボン癒しの郷・・・http://www.pinkribon-s.com/pinkribon/wp/

第14回症例検討会

神戸本校

2016年8月5日開催

皆さん…
ケアしていて困ったこと、こんな時はどうしたら?ほかの人だったらどうするかな?と思ったことはありませんか?
症例検討会は、皆さんで一つの症例について考えます、色んな角度からまた、色んな人の視点から見えてきます。自分の症例でなくても、自分だったらどうするか?と考える時間にもなりますよ。
第14回はクリニカル生の症例でした。
発表し自分の症例を振り返ったことで見えてきたこと、発表して自分が気づけなかった部分、今後どうしたらよいかがあった。自分自身では経験できないケースについて学ぶことが出来る機会貴重な時間でした。

※今回は12月2日に神戸にて開催（18時30分～）



奈良県立医大主催イベント

10月10日（月・祝）

「健康長寿～家族の健康を守ろう～」

奈良橿原イオンモールにて開催

このイベントは、健康長寿に向けた活動グループが立ち上がり、このグループを基礎として健康長寿に向けた調査・活動も可能と考えます。各グループでは健康長寿に向けた介入とともに、評価項目の実施や評価の実績を有しています。
参加下さったJCAAメンバー7名、フル回転で200名のお客様にアロマハンドマッサージを提供しながら自身の健康法などを伺いました。
イベントではストレスチェックのコーナーもあり、担当の老年看護の先生からは「アロマセラピーを受けた方は比較的数字が低い方が多かったわよ」と教えていただきました。
今回はアロマセラピー前後のデータを取り何か研究も一緒にできたらね!!と嬉しいお言葉も頂きました。来場くださった方は老若男女多くの方々足を運んでくださり、皆さんに必要なとされているケアであることを改めて感じる時間でもありました。また、なかなかセラピスト活動ができていない協会員さんもありましたが、今できることから始めてみよう、一歩ふみだすきっかけになった時間でもありました。



KIMONO jazzgl 2016 AUTUMN

(奈良医大、健康医療相談とのコラボ企画)
2016年11月5日 開催

奈良橿原市今井町で春と秋に開催される着物ジャズ、今回も快晴の秋空の下はじまりました。

今回で参加も3回目となり、アロマハンドマッサージを楽しみに来てくださるご家族もいらっしました。
KIMONO jazzgl ですから今回も白衣ではなく、みんな今井町保存会のお着物をお借りし雰囲気も一変、皆さんの着物姿も素敵です☆☆皆テンションも上がり、今回のラストは尺八によるジャズ演奏!!皆マッサージをしながら音楽に癒された一日でした。



（参加者：左から、羽馬由恵、中井麻里、田中かおり、生田雅子、前原智恵、大宮千香）
敬称略

ボランティア活動

播磨 はっぴーの家

毎月第3水曜日開催

ここの活動も5ヶ月が過ぎました。活動には認定取得されたばかりという方、初めての方も多く参加頂いています。利用者様とのコミュニケーションの取り方に、最初は戸惑ってしまう方もおられますが、皆さん少しずつ利用者様との心の距離を近づけてコミュニケーションをとっていかれていますよ。※はっぴーの家での活動は毎月第3水曜日、参加申込はHPにて受付しています。



（参加者：生田雅子、生藤弘子、石井紀美枝、近藤由紀子、谷口愛季子、宮崎由紀子、村上郁代、長谷川真希（引率）五十音順・敬称略）

名古屋 ジョイフル千種

8月から名古屋での活動がスタート!! マッサージ中に語られる人生のストーリー、話している表情がとても生き生きとされている方、ハナ歌を歌われリラックスされている方、お一人お一人の反応がとても嬉しい時間となりました。
施設の方から緊張されている表情からリラックスされている表情に変わっていく姿を見ているとこちらも嬉しくなりました。とのお声をいただきました。※ジョイフル千種、2016年度の活動日は、12月22日、2月22日です。
※参加申込はHPにて受付しています。
（参加者：近藤夕記子、杉山美紀、土屋千景（引率）、服部あゆみ、森恭子、山田菜美、吉田一江（引率）五十音順・敬称略）



名古屋大学病院総合診療科 総合ヘルスケアチーム 公開ラウンドテーブルディスカッション

2016年11月13日 開催

4年前に研究チームとして発足した統合ヘルスケアチーム、研究期間が終了した現在は、総合診療科に受診されエントリーされた患者様を対象に治療介入されています。このチームに参加したいという治療家の要望から、どのような形でディスカッションされているのかを公開しようということで開催された会です。
ペーパーバイシエント2ケースについて、いつものようにディスカッションしている様子を参加者の方に公開しました。

多職種が上下の関係なく意見を出し合い治療方針を決定していく様子に興味をもっていただける方が多かったようです。また、統合医療支援センター代表理事の織田聡先生より「RTD(ラウンドテーブル)の意義は患者さんをもとときの視野を広げるためのものであること」や「破壊的イノベーションに基づいて、これからの補完代替医療の位置づけを考えると、統合医療にはとても価値がある」ということを簡単にレクチャーしていただきました。
感想としては、このような取り組みをしているチームがあることを知っていただき、参加していただいた皆さまに何かしらを持ち帰っていただけたなら嬉しいと思います。
また、アロマセラピストとしてアロマの可能性を発信していくことの大切さを改めて感じる機会となりました。(吉田一江・名1、CL1)
ご参加頂きました皆様、ありがとうございました。
またこのような場がありましたら会員様にもシェアさせて頂きます。

学会報告

第19回日本アロマセラピー学会学術総会「香りと医療の東西邂逅-アロマセラピーと漢方-」2016年11月5日(土)6日(日) 星薬科大学にて開催
5名の会員様が発表され、相原由花先生はシンポジウムにて「看護におけるアロマセラピーの可能性」を発表されました。来年は大阪開催です。日程：2017年10月28日、29日 会場：大阪国際交流センター

- 石井友恵さん**
「乳房喪失後に心理的ストレスからうつ状態になった女性へのケアとして、アロマトリートメントが奏功した一例」
- 稲田寿美子さん**
「不妊治療（採卵・移植前後）アロマセラピーの有効性」
- 柴田由紀子さん**
「放課後児童デイサービスにおけるアロマセラピーの導入～障がい者を持つ子供へのアロマトリートメントの有効性の検討～」

- 竹内淳子さん**
「緩和ケアチームにおけるアロマセラピスト看護師の役割と現状報告」
- 北出美佐代さん**
「大学病院の緩和ケアセンターにおけるアロマセラピーの導入」
- 相原由花先生**
シンポジウム「看護におけるアロマセラピーの可能性」

第9回「ピンクリボン大阪2016女性癌の健診啓発～ピンクリボンまつり in 大阪」

2016年10月16日 開催

会員の奥野准子さん（大阪7、CL5）、安藤亜矢子さん（神戸10）お二人が勤務されています。「あるふぁ訪問看護ステーション」より…

-参加者の声-

お金を頂いてのマッサージが初めてだったので、緊張から始まりましたが、とても充実した一日になりました。10分程のマッサージでしたが、終わるころには友達になれたような…なんだか別れたいようでした。参加できてよかったです。(田口征美さん：神12)

こんにちは、大阪7期 奥野、神戸10期 安藤です。10月16日 JCAAの三人の仲間のお力をかりてピンクリボン大阪のアロマイベントに参加し、お子様から高齢のかた約100名のかたにハンドマッサージさせていただき好評でした♪「腕が楽になりました」「眠くなるくらい気持ちよかった」「話を聞いてもらって気持ちが楽になりました」などのご感想をいただきました。今回の活動でJCAAの仲間とともに活動していく喜びも感じることができ、とても充実した時間となりました。今後もJCAA会員として、たくさんの方との繋がりをお願いいたします。どうぞよろしくお願い致します。



たくさんの方たちに喜んでもらえて本当に参加してよかったです。賑やかな催し物の隣でしたが、ほろっとご自身の病気のことや、浮腫への不安をお話しして下さった方たちがいらっしました。そんな方に少しでももつてる時間を提供することが出来て、本当に良かったです。(入江祐子さん：神12/CL6)

アロマのイベントは、色々な方とふれあいが持てる事が醍醐味のように、いつも感じます。とても楽しい時間をすごさせてもらいました！(平木愛さん：神10/CL5)

第3回 ミエチュウオウ文化祭

2016年11月3日 三重中央医療センターにて開催

三重県より… 去年に引き続き「第3回ミエチュウオウ文化祭」に参加してきました。

-参加者の声-

初めての参加で少し緊張しましたが、こんな風に卒業生の方たちと活動できていい経験になりました。(西川さん)

今年は昨年よりメンバーが3名増えて7名で参加してきました。患者さんやご家族様、FacebookなどでJCAAの活動に興味を持たれた方や、去年ハンドマッサージを受けて下さった方など、多くの方がほほえみながらハンドマッサージを受けてくださいました。イベント終了後には今後の活動についても話し合いました。仲間がどんどん増え、繋がっていくこと、とても嬉しく思いました。



（写真左上より、久留宮香里、倉本あけみ、今井真由美、若松裕美子、西川知鈴子、野島理恵、神谷祐希）（五十音順・敬称略）

初めての参加でとても緊張しました。卒業生の方たちからのアドバイスもあり、マッサージを受けて頂いた方に仲間ですと紹介できることが嬉しかったです。とてもいい経験ができ、これからも色々なイベントに参加したいと思いました。(今井さん)