

Yukiko's Aroma News

先日 Kobe Aroma Company で販売開始とともに、あっという間に売れ切れてしまったフランキンセンスサクラ。ちょうど8月14日のBBC(英国放送協会)ウェブニュースに記事が出たので抜粋してご紹介ししますね。
香料、万能薬として6000年もの間使われてきたフランキンセンス。世界中のフランキンセンス供給はソマリア、エリトリア、イエメンからのものですが、近年それらの国は紛争で混乱しているためフランキンセンス生産に影響が出ています。しかしながら、平和なオマーンは世界でもっとも高品質の(最も高価な)フランキンセンスを作っています。オマーン産のフランキンセンス、古代エジプト人は「神の汗」とそれを呼ぶほどのすばらしいものです。

Boswellia sacra はオマーンの南部のドファールに生育しています。フランキンセンスの価値は、その色、樹脂の大きさ、油分をどれくらい含むかによって決まります。もっとも価値があるグレードのもの、それはhojari(ホジャリ)と呼ばれていて、ドファール山脈のある特定の地域で乾燥地帯で、そこは夏のモンスーンもやってくなくて、そういうところで育っています。この地域に育つフランキンセンスの木、そして紀元前4世紀にはじまるキャラバンが通った道や滞在した場所は「フランキンセンスの国土」として、ユネスコに登録されているオマーンの世界遺産です。キャラバンはフランキンセンスを満載した何千ものラクダや奴隷をともなつて、アラビア砂漠を横断する陸路2000kmもの距離を、エジプト、バビロン、ギリシャ、ローマなどの帝国へと向かったそうです。ローマの博学者ガイウス・プリニウス・セクンドゥスはその貿易があったので南アラブ人が世界でもっとも裕福な人々になったと書いています。当時のフランキンセンスは今でいうところのアスピリン、ペニシリン、バイアグラのようなものであり、また痔から月経痛、皮膚がんまで、効果的な治療薬と考えられていました。古代ギリシャの医師ペダニウス・ディオスコリデスは、フランキンセンスを何にでも効く魔法の薬と記述しています。古代エジプトのもっとも重要な医学的知識がまとめられた「エーベルス・パピルス」にもフランキンセンスが喘息、出血、のどの感染症、嘔吐などの治療薬として書かれています。

現在、フランキンセンスサクラは現地の部族が所有しています。樹脂の採取は気温が上昇し樹液が流れ出す4月にはじまります。樹皮に小さな傷をつけると白いミルクのような樹液が、まるでキャンドルのワックスが垂れるように出てきます。10日ほどそのままにしておく固まるので、それを削り取り、また樹液を出すということを繰り返します。そのようにして5年間樹脂を採取した後、その木は(次に樹脂がとれるようになるまで)5年間触れられることはありません。しかしながら、近年の世界的な急激な需要の上昇によってフランキンセンスサクラはおびやかされつつあります。今では近危急種(今のところは絶滅する危険性はないが生息地の変化などがあると将来的に危急種に移行する可能性があると判断された種)として国際保護連合のレッドリストに掲載されています。このまま意識せずに使いつづけたらこの先20年でフランキンセンスサクラは枯渇して生産は50%に落ちてしまうおそれがあると指摘されています。そのほか、干ばつや害虫の被害、密輸者による乱獲が樹脂の減少につながると指摘もされています。経験のないパートタイムで採取をする人が伝統的な採取方法を行わないことで木にダメージを与えてしまっていることも問題になっています。

BBC WEB NEWS 内「2019.8.14」[Oman's ancient biblical scent]より

Nature's Gift のフランキンセンスサクラは、現地の職人さんが愛情をもって誠実に採取しオイルを作ってくれています。彼らはフランキンセンスサクラの香りを気に入ってくれることに対しては非常に感謝をしているそうですが、限りがあるものなので、注文を受けている分すべてを出すことはできないのだそうです。この記事を読んで、現地の人々にとっては古代から伝統的に使い続けてきた生活になくはならないフランキンセンス、分けていただけることに感謝し大切に使用していきたいと感じました。



Alliance of International Aromatherapists

AIA 総会に行ってみよう！



B2019年9月26日～29日米国ミネソタ州ミネアポリスにてAIA(Alliance of International Aromatherapists)の総会が開催されます。

AIAの総会は2年に一度開催され、今年は第7回総会です。今回のテーマは「Building Bridges」『懸け橋を築く』
統合的ヘルスケアにおけるアロマセラピーの今後やその可能性についてホリスティックアロマセラピー、臨床でのアロマセラピー、アロマセラピーによるがん患者さんへのケアなどを含め、様々なトピックスで発表されることになっています。ジェーン・バックル先生のビデオによる基調講演、それぞれの分野の専門家の先生たちの発表を楽しまれています。また、Nature's Gift社オーナーのマージをはじめスタッフに会えること、そのほかMテクニクの本部のキャロル先生たちと直接お会いできることも楽しみで、そのほか世界的に有名な先生方がいらっしゃるのいろいろな勉強させていただきますね。年明けごろになるかと思いますが、報告会兼勉強会を開催したいと思っていますので、楽しみにしてください。

臨床で役立つフェイシャルトリートメント講座

岩元麻タ先生のフェイシャル技術はもちろん、ケアルーム内だけでなく、出張や臨床の現場でもフェイシャルトリートメントを提供するための知識と技術を伝授して下さいます！

クライアントさんのお顔を大切に触れさせていただく技術を身につけませんか？

日 程	全3日間 2019年11/3(日)4(月・祝)11/30(土)
時 間	13時～17時 4時間×3日間(計12時間)
場 所	HPCS 東京校(御茶ノ水)
受講料	JCAA 会員 ¥43,200(20%OFF) ※教材費含む、税込
人 数	6名(最少催行人数4名) ※この講座にはHPCS受講証が発行されます。

11月開講の「チャイルドハビリテーションアロマセラピスト養成コース」は、定員に達しました！
次期は来年開講予定です。詳細が決まり次第お伝えします。



Kobe Aroma Company からのお知らせ

Nature's giftより「イリス co2 10%精油」「コバイバ バルサム精油」販売開始！

みなさんこんにちは。Kobe Aroma Companyです。いつも当店をご利用くださり誠にありがとうございます。

Nature's gift より、新商品が登場します！

イリス CO2 10%＜希少精油＞



学名：Iris Germanica CO2 Select
科名：アヤメ科
抽出方法：液化二酸化炭素抽出法
抽出部位：根

アヤメ科の植物で、地中海沿岸原産のニオイイリス。ウッティー調でバイオレットのような香りは、高級な香水や化粧品香料として使われていることが多い。抽出する前に根茎を3年以上保存し抽出します。採油率は約0.02%と微量！高価で希少な精油のため、コナツオイルで10%希釈しています。

体温で温めるとよい香りに変化しますので、開封したときの香りと2度楽しむことができます。イリス単体または、柑橘系や樹木系の香りとブレンドで、ロールオンにおすすめです。

コバイバ バルサム＜秘薬！？＞



学名：Copaiba Balsam
科名：マメ科
抽出方法：水蒸気蒸留法
抽出部位：樹脂

がすがな甘さとしパイシーさを感じる木の香り。程よい持続性があり、他の樹木系の香りと相性がとても良くブレンドしやすい精油です。汎用性の高さから「天然の秘薬(万能薬)」「アマソンの秘宝」とも呼ばれており、アマゾン流域の国では現在も民間薬として使用されており、薬効の研究がすすまられています。

他にも皆さまに喜んでいただけるような商品をご紹介します。今後ともどうぞよろしくお願い致します！

講座レポート

臨床で役立つフェイシャルトリートメント講座
@HPCS 神戸本校

講師：西田ルミ子先生
全3日間(2019年7/13-14,8/18)の講座が終了しました！

ルミ子先生のフェイシャル技術はもちろん、病院での施術経験に基づいた、ケアルームとは異なる環境でも患者様に満足していただけるフェイシャルトリートメント技術、丁寧に指導してくださいました！
受講生のみならず、真剣な表情で癒しのトリートメント技術を習得しておられました。
次回の開催も詳細が決まり次第お伝えします！



ご挨拶

秋涼の候、皆様におかれましては益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。来年度、JCAAは6年目を迎えます。これもひとえに皆様の温かいご支援によるものと感謝いたしております。引き続きJCAAの趣旨にご賛同いただき、各活動に積極的にご参加していただきたいと思っております。一人でも多くの方の「生きること」を支えるために、アロマセラピーの普及と実践の推進を目指してまいります。今後ともどうぞよろしくお願い致します。



JCAA Schedule 2019

関西エリア

10月19日(土)	AMG ブラッシュアップセミナー
12月6日(金)	第28回症例検討会
開催予定	ベースオイル勉強会、親睦会
企画中	いのちのスープを作ろう会、佐々木慈瞳先生のお寺訪問

東海エリア

11月9日(土)	症例検討会&親睦会
開催予定	ボマンダー作り&親睦会(12月頃)、セミナー「トラウマについての理解とケア」

関東エリア

10月22日(月・祝)	ラベンダー柄のカップアンドソーサー作り @ 関東支部
開催予定	AMG ブラッシュアップセミナー、親睦会、 セミナー「災害時のボランティア活動の心構え」

九州エリア

企画中	親睦会
企画中	親睦会

中国エリア

企画中	親睦会
-----	-----

ハンドマッサージ・フース出演

第3回ガールズフェスティバル

10月5日(土)
イベント内でアロマスプレーを作成します！
【開催場所】
ウィメンズセンター大阪

KIMONO JAZZGL at IMAICHO 2019

11月4日(月・祝)
【開催場所】
奈良県今井町・順明寺

三重文化中央
医療センター 文化祭
11月2日(土)
出張検討中

こきその杜

この施設は、2階に造所デキア、3-5階が介護施設「こきその杜」・6-7階が「メロウこきそ」という構成になっています。現在は、3か所が1時間ずつの活動をしています。入居様・ご利用者は、高齢の方、透新をしている方、脳神経疾患の後遺症の方、認知症の方と様々な方がいらっしゃいます。私たちは、マッサージとともにご挨拶や会話の時間も大切にしています。最初は「マッサージなんてしてもらったことがないから恥ずかしい」「皺だらけの手を見られるのはいやだわ」「マッサージは女性のものだろう、自分は男だからしなくていい」とおっしゃられる方もいました。そんなときには、ディフューザーを用いるとデイルームから居室まで徐々に香りが広がり、参加してくださる方もいました。触れることで距離が縮み会話ははずんだり、たくさんの笑顔を見られたり、これまでの人生の歩みを聞かせていただいたりもしています。また、認知症の方々のマッサージは、スタッフさんがご家族に許可を取ってください、無理のない範囲で行っています。月に1回の活動ですが、私たちのことを覚えてくださっている方もいらっしゃいます。心置き、素直に香りは、快の刺激になることを実感し、アロマセラピーの効果を感じています。一方で、長い間の活動の中では、看取りの近い方々へのマッサージもあります。それまでは車椅子に座っていらっしゃった方がベッドでの生活になり、その時を迎えられます。そのときもスタッフさんの協力を得てご挨拶をさせていただきます。できる範囲でマッサージをさせていただきます。言葉は交わさなくても手をきゅと握り返してくださることもあり、手で触れながら緊張が解けていくことを感じたりします。協会員の皆様、こきその杜でぜひ一緒に活動を楽しみましょう！
[引率担当：馬場美幸さん(クリニックル5期)]

活動日 第4土曜日



2019年7月4日開講の
4人でボランティア活動スタート！
スタッフで取り組む活動の
力に支えられて活動しています！



スケジュール

10月26日
11月23日
12月28日

JCAA 協会員

現在 JCAA 協会員の総数は 262 名です！
関西・東海・関東エリアを中心に、
全国に続々とアロマセラピストが誕生しています。
更に活動の場・協会員の輪を広げていきましょう！



卒業後も「自分らしく生きる」ことを支えるために

神戸(播磨)、名古屋、東京で毎月行っている高齢者施設でのボランティア活動。この活動では、アロママッサージに必要なブレンドオイルは、JCAAにてご用意しております！参加が初めてという方やお久しぶりという方も各活動場所ともに担当者がサポートいたしますので、ぜひぜひご参加ください！

はっぴーの家



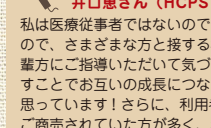
活動日 第3水曜日
スケジュール
10月16日
11月20日
12月18日
ゲストの皆様もスタッフの皆様も私たちを温かい雰囲気でお迎えください。毎月楽しみにして下さっており、「来月は〇日やな」とアロママッサージの日を自宅のカレンダーに印をされる方もおられます。また、「得てたのよ」と自宅に招き入れてくださり、ご自身の一代記をお聞きしながら、マッサージをさせていただくこともあります。高齢者施設でのボランティア活動が久しぶりの参加で緊張気味のセラピストも、卒業したてで少々不安なセラピストも、ゲストの皆様が温かく迎えてくださり、私たちもパワーをいただいています。人生の大先輩にケアを提供させていただくことにより、私達のケアもより深まっていくように感じています。毎月、たくさんの会員様のご参加ありがとうございます。

老人保健施設 千束



活動日 第4金曜日
スケジュール
10月25日
11月22日
12月27日
いつもフロアには大勢の利用者様がいらっしゃいます。一人でも多くの方にアロマケアをお届けしたいと思うのですが、人数をこなすことよりもおひとりおひとりと丁寧に関わることを目指しています。面会に来ていただいた利用者様の皆さんが「お母さん、いい表情しているわ」と喜んでくれたことや、利用者様の「温かい手だね、気持ちいい」や「また来てね」の言葉と笑顔に喜びとやりがいを感じます。また、施設スタッフさんとも「いい香りね～」と微笑まれ、忙しかされている業務の中、香りによってその場が和んできます。参加者様からは「現場での学びは大きいですね」との感想がいつも見受けられます。そして、活動後は、会員同士で和気あいあいとお話をする時間にもなっています。そんな交流も楽しみのひとつです。

井口恵さん(HPCS 東京校1期・クリニックル8期)



私は医療従事者ではないので、患者さんとふれ合う機会はありません。ですので、さまざまな方と接する機会はとても貴重です。また、実践の場で先生や先輩方にご指導いただけて気づくことが多々あります。そして、JCAAの仲間と話すことでお互いの成長につながり、個人の活動では得られない有意義な時間だと思っています！さらに、利用者様のお話を伺うのもとても楽しみです。場所柄がご商売されている方が多く、私の知らない世界のお話を聞きながら、その方の現役時代を想像することが楽しみです。楽しくお喋りできる方ばかりではありませんが、さまざまな人生を送って来られた利用者様のこれからの時間に、少しでもお役に立ちたいなと思っています。このボランティア活動は、私にとってとても大切な時間です！

ジョイフル千種

活動日 偶数月 第4水曜日

2ヶ月に1回、温かな空気感の中でマッサージを提供しています。マッサージとともに会話にも花が咲いていて、アロマを過して利用者様と楽しい一時を過ごしています！

スケジュール
10月30日
12月25日

第 27 回 症 例 検 討 会

2019 年 5 月 31 日（金） HCPS 神戸本校にて

症例検討会とは？

3ヶ月に1回、HCPS 神戸本校にて開催。
「このようなケアでよかったのだろうか…」と悩んでいる症例を参加者でシェアし、意見交換を行う場です！
クライアントの心や体の状態をみる時のポイントを捉え、深めていくと、「なるほど！」と視野が広がり、よりケアの質が高まっていきます。



ホリスティックな視点でみることの重要性

今回は、クライアントの訴える言葉や表現の意味とセラピストのホリスティックな視野の重要性を考える内容でした。また、クライアントのストレスレベルの変化を、セラピストにとってのケアの指標とすることの必要性を問うような内容でもありました。参加者からは、「気が付かなかった視点を知ることができた」「ホリスティックな視点を少し理解できたように感じた」とセラピストにとって大切な要素を吸収したという声を多く受け、今後のケアに繋がる時間となりました。



今回の開催 2019 年 12 月 6 日（金）

ラベンダーバンドルズ作り & 親睦会

2019 年 7 月 13 日（土） HCPS 名古屋校にて



初開催となるラベンダーバンドルズ作りには、8名のJCAA会員さんにお越しいただきました！北海道から届いたアングスティフォリア種オカムラサキのフレッシュで柔らかな香りに癒されながら、各々が好きなカラーのリボンを選びバンドルズ作りをしました。リボンカラーが数種類あり、どれも可愛く心惹かれるカラーだったので、選ぶ時間もまた、皆さん楽しませていました！

クライアントさんや患者さんと向き合いお相手のために考えをめぐらすアロマセラピストですが、目の前のラベンダーに意識を集中し、自分自身のペースで、黙々とリボンを編み込んでいく時間は、普段とは違い新鮮な体験になったのではないのでしょうか。思い通りにいかないことや、編みかたを間違えることがあっても、それもまた味となり、皆さんそれぞれ個性豊かな素敵なバンドルズを仕上げました。

☆ご参加いただいた会員様、ありがとうございました☆

（五十音順・敬称略）

坂田ひとみ、杉山美紀、西聡子、春田美保、松野英美、森恭子

ラベンダー柄のカップ&ソーサー作り



ラベンダー柄のカップ&ソーサー作り、第1回目を開催いたしました！参加目的は、食器を描きたい、アートで癒されたい、ケアルームで使う食器が欲しい など皆様がイベントを楽しみにされていた様子が伝わってきました。そして、アロマセラピストにとって、ラベンダーはとても身近な存在でもあります。スタート直後の緊張した動作も、目的に叶った練習を繰り返す、描くことに没頭していました。1人の「自由に描いていいですか？」の声で、皆様の発想力が広がり、内なる思いがそれぞれに飛び出しました！出来上がりを見せると、とてもパーソナルなラベンダー畑が表現されていました。終了後のティータイムでは、手描き茶器と手製菓子を囲みながら、感想を話し合いました。「頭がすっきり、植物に集中して雑念が消えていく感覚、心地よかった。」「まるでマッサージをしているよう。」「香りの中で、また精油の植物を描いてみたい。」「と作品づくりを心から楽しめていました！アートとアロマ、2つの世界の考え方や姿勢の共通点の話題も盛り上がりしました。今後も「他のテーマで開催して欲しい！」とご要望があり、充実したイベントとなりました。



HCPS 東京 4 期生 笠原知子さん

本場イタリアで芸術を磨いてこられたプロの絵付け師でもあるアロマセラピストです。五感が活性化する室内空間を大切に、「自由な発想で描く磁器の絵付け」を希望者に指導してくださいます！

☆ご参加いただいた会員様、ありがとうございました☆

（五十音順・敬称略）

今城仁美、岩元麻丈、小島雅美、長島由美、松永順子

アロママッサージ ブラッシュアップセミナー@名古屋

2019 年 8 月 25 日（日） HCPS 名古屋校にて

今回は、8名の協会員様にご参加いただきました！

今回の参加者様たちは、「臨床で行っているためフルボディーのトリートメントから遠ざかってしまっているので復習したい！」という方と、「卒業してからしばらく経ったので、手技が曖昧であったり我流になっている気がするので見直したい！」という方が多くいらっしゃいました。そこで、「手技の見直しをする」「圧や体重移動を再確認する」と各々で目標を持ってマッサージに取り組みしていました。

生徒として毎月学んでいたときは、手技の流れや手と身体の使い方を覚えるのに一生涯懸命だったのが、今回の講座では、「なぜこの手技があるのか」「どこを捉えているものなのか」また、「どうアプローチしたらより心地よく滑らかなトリートメントができるのか」にも着目し、改めて学び直すことや、少し我流になっていたフォームを負担にならない正しいフォームへと見直す機会となりました。モデル側になると、「気持ちいいですね～」という言葉があちらこちらから聞こえてきました！セラピストの手を感じることで、アロマトリートメントの心地よさや温かさを再確認され、ご自身もエネルギーチャージをし、癒しの時間となったのではないのでしょうか。

終了後は、参加者さんが持ち寄られたお菓子を囲んでホッくり糖分補給タイム。総会などとは違って小さな集まりではありますが、卒業校や卒業期を越えて会員様同士で交わることで、新しい繋がりが得られ、新たな関係が生まれていきます！こういった繋がりを大切にしていきたいと改めて感じました！

参加者さまの感想（一部抜粋）

- ▶ 自己流が改善できた
- ▶ タッチの良さを再確認できた
- ▶ もやもや部分が解決できた
- ▶ 自分では気づけなかった部分があった
- ▶ 丁寧でわかりやすかった
- ▶ 不明点をすぐに聞くことができた

☆ご参加いただいた会員様、ありがとうございました☆

菊本理絵、久保田里奈、後藤康代、

坂田ひとみ、杉浦弓子、西聡子、

長谷川陽子、春田美保

（五十音順・敬称略）



JCAA 会員様にインタビュー

全国で活躍するJCAA会員様にきっかけや今後について伺いました！！

「看護師対象のアロマ講座」

後藤万輝さん（名古屋9期）



私は、普段石川・富山県に展開する瑠璃光薬局にて、店長兼管理薬剤師として薬剤師業務を行なっています。

アロマを学ぼうと思ったきっかけ

個人の在宅が年末末期患者様の一言がきっかけでした。

「眠るのがどうしても怖い…」

とてももしっかりとした女性で、ベッドの上からではありませんが、本当に持病をお持ちなのかなと思うくらいご主人様にあれやこれやと伝え、お家の中の全てを切り盛りしている方でした。そんな方が不意に漏らした一言。それを聞いた時、当時の私にできたことは、ただ手をさすって差し上げることだけでした。痛みが強く強オピオイドが欲しいわけではない、眠剤の追加投与が欲しいわけではない…何かもっと患者様に寄り添い、お役に立てる事はないだろうか。そんな時に社長から、HCPSのことを聞き、今はまだ薬局とアロマはすぐには結びつかなくとも、瑠璃光薬局のミッションである医療・福祉分野で社会貢献をすることにつながるのではないかと興味があったら応援すると背中を押していただき、HCPSの門を叩いたのです。

卒業後の活動

卒業後、現在も瑠璃光薬局で薬剤師として勤務しながら、薬局や地域で行う健康フェアでハンドマッサージブースを併設したり、月1回近隣病院の緩和ケア病棟にて看護師さん向けにアロマ講座を行なっています。アロマ講座では、ハンドマッサージ手技やアロマクラフト作り、精油講座を月交代で開催をしています。いずれは患者様やご家族様にもお届けしたいと思いますが、ケアをされている看護師さん自身の緊張度も高いため、看護師さんへの癒しの時間も必要であると感じ、行っています。ご参加いただいている看護師さんからは、「毎回楽しみにしている」「自分もリラックスできた」「こんなリラックス出来る時間を意識したい」とお声をいただき、私自身の励みにもなっています。

今後の活動

私は、旅立つその時や病を患っている時に限らず、いつでもどこでももっと気軽にアロマにも触れることができる世の中にしたいと思っています。自分を慈しむこと、他人を大切にすること、いのちは尊いということを意識することが誰にとっても当たり前になれば、お薬の使用も必要最低限となるのではないかと？旅立つその時まで、その人らしく生きることを選択でき、心が満たされるのではないかと？強く思っています。そのためには、まずは医療や地域の中で、ご自身を癒すということを感じていただく。そして大人だけでなく、未来ある子供達に自分や他人を慈しむことを伝えていきたいです。夢は大きいほどやりがいがあると信じ続け、日々コツコツと歩みを進めています。

「多岐にわたる活動」

中井典子さん（東京校1期）



アロマを学ぼうと思ったきっかけ

外資の化粧品会社に勤めていたときに、精油を使ったブランドの開発に携わり、化粧品香料とは違った香りの存在に惹かれ、精油というものに興味を持ちました。その後老健の薬剤師として勤務したときに、治療やゴールのない高齢者に対してできることは何かないだろうか？と感じ、アロマを学ぼうと思いました。

これまで行ったアロマ講座

小学生対象のアロマ講座を数回シリーズで行いました。職場の同僚の小学生の娘さんが興味を持ったので、お友達を誘って、バスボム作り、虫よけアロマスプレー、ラベンダージェル、ミツロウでのリップ作りなどを行いました。講座を行う前には、安全に使用することをしっかりとお伝えし、お子さんのご家族方への手紙も添えました。

「お母さんが、イライラしなくなる香りはどれ？」「頭がよくなる香りはどれ？」

子供らしい発想にほえましく思うと同時に、子どももストレスにさらされていると改めて感じました。出来上がったバスボムと家族へのお土産にするメッセージなども子どもたち自身で考え、「お母さん喜ぶかな」と嬉しそうにしていました。感想は、「学校では教わらないことを聞いておもしろかった」「いろんな香りを嗅ぐことそのものが楽しかった」とあり、子供向けの一般的なクラフト教室にはない、感情が伴うアロマ講座が楽しかったのだと思います。

今後の活動ビジョン

・老健に入所の女性への継続的ケア

認知症の女性のアロマトリートメントに定期的に行っています。施設には、セラピストとして訪問するのではなく、娘さんと一緒に面会に行き、家族が行うケアのような立場で、月に2～3回訪問し、一年半継続しています。認知症の上に耳がほとんど聞こえないため、コミュニケーションがとりづらく、五感による刺激を受け取りにくい方です。年に2、3回、体調を崩して1、2週間急性期病棟に入院し、そのたびに何かしらの身体機能の低下がみられていました。ですが、ケアを始めてからは、1年間入院がありません。積極的治療もリハビリもプランにない方ですが、まだしてあげることがあるという家族の思いを満たしつつ、体調が安定していることに、アロマケアの価値を感じていただいていると思っています。

・サロンワーク

健康寿命と平均寿命の10年のギャップを埋め、長くなった人生最後まで豊かに過ごせるように50代の女性の心と体の健康サポートをしていきたいです。私は、究極の健康法はリラクセーションであると考えているため、アロマトリートメントや、生活習慣病予防のための食事指導やダイエットサポート、更年期特有のストレスケア、生活を楽しむためのアロマ講座をしていきたいと思っています。

「ケアルーム開業」

茂原加代子さん（クリニカル8期生）



アロマセラピーを学ぼうと思ったきっかけ

看護師時代、身体的にも精神的にもハードワークな日々の合間に旅行することが唯一の楽しみでした。旅先でアロマトリートメントの施術を初めて受けたのですが、心地よい香りと手の温もりに感動したことがきっかけとなり、アロマセラピーに関心を持つようになりました。アロマセラピーは単なるリラクセーション目的だけではなく、補完代替療法にも取り入れられていることを知り、本格的に学ぶことを決意しました。

アロマセラピーを通して学んだこと

自然の植物から得られたものを使用すると聞くと一見、効果も優しい印象を持ちますが、植物の力はとてもパワフルであり、ましてや患者様にアロマセラピーを提供させていただくためには、正しい知識と技術を持つことが大変重要であることを、アロマを学べば学ぶほど痛感しました。アロマセラピーはとても奥深く、日々勉強は必要であると感じています。植物の香りとタッチングがもたらす効果は、ケアを通してことによる表情や言動の変化から実感することができました。

ケアルーム開業までの想い

学生の頃は、体調を崩してしまったり、また心の悩みを抱えた生徒がいても駆け込める保健室という場所がありました。そして、私たち大人も、仕事や人間関係、家事・育児、家庭問題など、多くのストレスを抱えて生活していると感じています。また、ハードワークなどの身体的負担も大きいです。大人にも学生時代のように駆け込める場所、身体的にも精神的にも自分自身を休ませることのできる場所があったらいいなと強く思っています。ケアルーム開業には、そんな自分自身を解放して、僅かな時間だけでも深くゆっくり休んでいただく、また自分自身と向き合っていたく場所としても利用していただきたいという想いがあります。先日、ありがたいご縁からラジオに出演する機会をいただき、ケアルームを起業するまでの経緯や、ホリスティックなアロマセラピーなどについてもお話をさせていただきました！

*ケアルーム「trois」

植物から抽出された精油の力を借りて、アロマセラピートリートメント（タッチング）を通して、心+身体+魂、この3つのバランスを整えるホリスティックなケアを提供させていただくケアルーム

今後の目標

アロマセラピーは特別なご褒美という概念から、より身近なものとして捉え、日常に取り入れていただけるよう、セルフケアやご自身のメンテナンスとして少しでも多くの方に利用していただけるよう努めていきたいです。「考え事でいっぱいだった頭の中が、ケアの時間だけは無心になった」「痛みが忘れられた」「こんなに身体が動かせるようになった」など大変ありがたいお声をいただきます。クライアントさんの反応が、その都度でかえってくるので、とてもやりがいを感じると同時に大変責任も感じています。技術はもちろん、しっかりとした情報や知識がなければ相手には響きません。日々、自分自身の学びも大変重要であると実感しています。今後も一人でも多くの方に安心して通っていただける心地よい場所、本来の自分に戻る場所としてご利用いただけるケアルームでありたいです。

「認知症カフェ」

西聡子さん（名古屋校1期）



名古屋市市中川区にあるクリニックに併設されているデイサービス会場を利用し、認知症カフェが月一回開催されています。

中川区百船町にあるため「ももカフェ」という名称がつけられています。近隣の住民のかたを対象に気軽に語り合い絆づくりをしつつ、認知症予防をすることや健康づくりに役立てる場にしていくことが目的です。

蒸しパンを作るレク他に、先日の総会でも体験した「もしばな」やアドバンスケアプランニングディスカッションなども取り入れています。

気軽な時間のなかで、いかに生きがいかに死ぬかについてなど、死生観について話す場が、高齢化、老老世帯の増えている今、いろいろな地域で普及していくとよいと思っています。不定期ですが、そこでアロマセラピーハンドマッサージを提供しています。参加者さんからの思いを聞きながらマッサージを行うと、自分の生き方も考える機会にもなっています。

評議員会議より

評議員メンバー

生魚かおり (AHCP4)

奥家ゆかり (CL4)

竹内淳子 (AHCP13)

稲田寿美子 (AHCP11)

川本由記子 (CL6)

藤原広美 (AHCP13)

太田玲子 (CL7)

澤井世津子 (CL5)

松野英美 (AHCP13)

奥野准子 (CL5)

柴田由紀子 (AHCP9)

吉田一江 (CL1)



評議員会議では、3か月に1回、JCAAが皆様にとってより良い協会であり続けるために、話し合いや意見交換を行っております。今回の会議では、第5回総会の総評や振り返り、皆さまから頂いたアンケート内容の共有や講座・イベント実施や内容の検討、次回の開催テーマの候補、各地イベント開催の活動報告、今年度後半の活動についてなどを中心に会議が進行しました。今年度の後半も、神戸・名古屋・東京で皆様に幅広く活動していただけるようなイベント・講座を検討しております！