

### ホリスティックアロマトリートメントと自然治癒力



アロマトリートメントは数百種類の成分を含む「精油の力」、嗅覚系を通じて自然治癒力の源泉に働きかける「香りの力」、第2の脳と言われる皮膚へ触れることによる「タッチの力」、これらの相乗作用で、総合的全身的なアプローチが可能になります。これらの3つの要素はいずれも「全体」へと作用する力があります。

ホリスティックという言葉があります。ギリシャ語で「全体性」を意味する「ホロス(holos)」を語源としています。そこから派生した言葉に whole(全体)、heal(癒す)、health(健康)、holy(聖なる)などがあります。もともと健康は「全体」という意味です。

現代医学における治療法を考えてみましょう。例えば風邪薬で風邪が治ると思っておられる方も多いですが、あれは一時的に症状を和らげるためのものです。風邪の8割はウィルスが原因ですが、風邪を引き起こしているウィルスに対してのお薬はないのが現状です。ヨーロッパではインフルエンザなどの風邪に対しても、「1週間ほど家で安静に」というだけの医者も少なくありません。

現代医学の治療は、対症療法的で、画一的にどの患者にも同一の薬を出す、単体の成分で切れ味のするどい薬を出す、病原菌の完全排除を目指した治療を行い、病原菌がいなくなれば、完治とみなす、そのような治療が特徴ではないでしょうか。

一方、アロマセラピーでは、まずウィルスが体内に入っていない体づくり、予防法を行います。また日頃からストレスケアを行い、免疫機能を高めるケアをします。ウィルスがたとえ侵入してきても自分の免疫機能を補うようなケアを行います。病気と戦い、完全排除をし勝つことを目的とするのではなく、そのような戦いが自分の免疫を強くしてくれることも理解し、自然治癒力を大切にします。そして、これらのケアはすべて個人の香りの好みや体質、ライフスタイルによって選択する精油や使い方が異なります。病気というのはホメオスターシスを維持しようとする結果かかるものです。全体をみて、本来の健康な状態へと見つめなおすきっかけとなりえます。

ヒポクラテスは、「自然から離れると病気に近づく」と話しています。もともと人間は健康的な存在であり、自然の摂理に従えば、自然治癒力を活かし、健康でいられるのです。

セラピストコースでは、病気の一側面をみるのではなく、もっと多面的にそして、全体的に健康を見つめる視点を授けることができます。解剖・生理学、不調症状についてもっとつながるよう学んでいきましょう。

### 脳と皮膚はつながっている。タッチと香りは脳を刺激する最強の組み合わせ。

人が成長していく過程で、人や動物は、心をこめてなでたり、触られたりすることが健やかな心身を作るのに必要です。皮膚はお母さんのお腹の中で、赤ちゃんがその生命を紡ぎ出した時、神経系と同じ細胞の層からわかれてできるものです。「皮脳同根」という言葉があります。皮膚と脳は同じ根っこからできており、皮膚に心地いい刺激を与えてあげると、同じ根である脳も快刺激を受けているという意味です。『皮膚は表に見える第2の脳』なのです。

赤ちゃんのとき皮膚を撫でたりマッサージすると頭がよくなるとも言います。逆に脳で受けたストレスや心配、不安、怒り、喜び、悲しみは神経を通じ肌へ影響していきます。

## 自分と他者との本当のコミュニケーションのあり方を知る。皮膚は分厚い境界線を解く鍵。



アロマトリートメントでは、される側に何か無理を強いることはありません。心身に無理のない方法で、常にその方の心地よさを探求しながら、施術を行います。このセラピストとしての在り方は、自分と他者があるがまま許す究極のコミュニケーションです。セラピストコースは、自分の知識追及のためにのみあるではありません。自分からあふれ出るもので、目の前の方が幸せであるという在り方を学ぶことでもあります。他者のために役に立っているという自覚をあなたに呼び覚ますことになるでしょう。

皮膚というのは、自分と自分の外側の世界の境目です。人間は自分というものを何で感じるかという触覚が一番わかりやすいそうです。心をこ

めてなでさするというのは、自己価値を改めて実感する感覚を自分にも相手にも与えることができます。触ることを許され、触ってもらうことを許し、そういった感覚の中でトリートメントを行うことができます。不要な境界線が溶け、トリートメントをしている人、されている人、お互いの一体感を感じることができる最高のコミュニケーションです。

また、心をこめてなでさするというのは、脳内にオキシトシンという神経伝達物質がでていいるそうです。「愛情ホルモン」「絆ホルモン」と言われるものです。施術を体験してみたり、お互いにハンドマッサージをやってみるとわかりますが、親子間や夫婦間、恋人同士でも心をこめてなで擦ると、こういうホルモンが分泌されて至福感を得られたり、絆が高まるので、とても心地が良いのを実感されると思います。大切な人の心を支える手立てとなりますので、ぜひトリートメントをご家庭や職場で活かされてください。

### セラピスト養成コースとは

わかりやすい解剖生理と、初心者でも安心の丁寧で高いレベルの実技指導、少人数なのでお一人お一人への指導時間が長いのが特徴です。『実技が初めての方にも、すでにプロのセラピストの方にも満足頂ける実技レッスン内容、その理由とは？』

- アロマセラピーに対する本質的な理解をもとに、企画構成されています。
- 型どおりの手技の羅列ではなく、現場の状況条件状態に適したトリートメントの実践を目的としています。
- 受講生それぞれが、自分ならではの“スタンダード・トリートメント”を構築することを目標としています。
- 体感を重視し、講師自らが必ず受講生一人ひとりに手技を施していきます。

### セラピスト養成コース概要

対象者	ナード・アロマ・アドバイザー修了者
受講回数	全15回
受講日程	90時間(6時間/回)(講義34時間、実技56時間) 個人レッスン～少人数制で承ります。日程はご相談ください。
受講料(税抜表示)	受講料:432,000円 ・教材費:34,000円(テキスト代・試験対応のブレンドオイル6セット) ・副教材3000円(目で見えるからだのメカニズム)4000円(からだの地図帳) 合計 473000円 後日かかる費用について

- ・アロマセラピスト試験受験料 8000円
- ・アロマセラピスト実技試験料 15000円
- ・アロマセラピスト認定登録料(合格後)10000円

### 受講開始までにご用意いただきたい教材／資格

- ナード・アロマ・アドバイザー資格(必須)
- 『新訂 目でみるからだのメカニズム』(参考図書)
- 『新訂 からだの地図帳』(参考図書)

### セラピスト養成コース レッスン内容

<アロマセラピストが学ぶ人のからだ> 解剖生理学 位置や構造・働きを知る不快・不調症状の理解	
人体の位置・方向・区分・運動	体位をあらわす用語
からだの由来と構成	骨格系・筋肉系
循環器系	脳神経系
皮膚・感覚器系	消化器系
呼吸器系他	
<アロマトリートメント理論> 理論と知識	
アロマトリートメントとは	アロマトリートメント の特徴・目的
アロマトリートメントの技術的特徴	アロマトリートメントの有用性・効果
アロマトリートメントを避けなければいけない事態・避けるべき場合	
<アロマトリートメントの概要>	
アロマトリートメントのトータルフロー	全身トリートメントと部分トリートメント
用意すべき備品類	アロマトリートメントを行うための空間・環境作り
ボディートリートメント実践上のポイント	ボディートリートメント終了後の注意事項
アロマセラピスト の責任と義務	実践機会の創出と選択
営業行為に関する注意事項・関連法規に関する注意事項・関連法規	
<コンサルテーション>	
コンサルテーションとは	コンサルテーションの目的
アロマセラピストの役割と注意事項	コンサルテーションのための環境

プロフェッショナルとしての準備	セラピスト自身の外観や態度
「理解」と「共感」から始まるコンサルテーション	アロマトリートメントのために必要な情報とは
アロマセラピストに求められる記録とは	
<b>&lt;アロマトリートメント実技・実践&gt;</b>	
実技実践のために必要な準備	
実技技術の学び方	
実技行程のフロー全体の流れを知る	
全体の流れと時間配分	
部位ごとの流れ	
心構え／身だしなみ／セルフケア	
<b>アロマトリートメント実技</b> 1) 全体位に共通する留意点 2) 背部・肩背部・臀部のトリートメント 3) 脚部後面のトリートメント 4) 脚部前面のトリートメント 5) 腹部のトリートメント、腕部・手部のトリートメント 6) 頸部・胸上部・頭部のトリートメント	

## お申込み

**Creative Aroma(クリエイティブアロマ)**

creative.aroma@nifty.com

080-8239-5465(土屋まで)

まずは、スクール説明会のお申込みをされ、学ぶ内容等ご確認の上、お申込みいただきますようお願いいたします。スクール説明会は予約制で行っておりますので、ご希望の日時などをお知らせくださいませ。