

第2特集

セラピシーの力を再発見!

プロの技術を
家庭にも活かす

ホームセラピスト

一家にひとり!

のススメ

2020年、コロナ禍をきっかけに健康に対する意識は大きく変わりました。病気に罹らないための自己予防という観点からも「セラピシーの力」が見直された今、プロのスキルを活かして「ホームセラピシー」を行うことは、まさにセラピストに求められる役割と言えるでしょう。



4th story
池田明子さん

【セラピスト版】おばあちゃんの知恵袋10選!

親、パートナー、そして子どもへ。一番身近で大切な家族の心身と絆を守り、育み、強くするために、ホームセラピストにできることは? プロの技術を家庭でも実践している、7人の「ホームセラピスト」と家族の物語を紹介します。



1st story
富野玲子さん



6th story
小笠原奈緒さん



7th story
北村彩さん



3rd story
大橋マキさん



5th story
田中佳太さん

2nd story
山上亮さん

「座談会」

ホームセラピシーは未来のウェルネスを守る



特集のはじめに、セラピシーの知識と技術を自身の子育てにも活かしてきた3人のセラピストが登場。これからの時代を支えていく「ホームセラピシー」について一緒に考えましょう!

取材文◎藤田優里子

今、私たちセラピストにできることは?

新型コロナウイルスの感染拡大の影響により健康への意識が高まるなか、セラピシーの技術を家族のために活かしたいと思っている方も多いでしょう。そこで、これまで自然療法に取り組んできた3名のセラピストが、自身の家庭におけるホームセラ

ピシーの在り方について、さまざまな角度から語り合いました。特に子どもをもつ親としての共通の視点から、話題の中心となったのが「我が子へのホームセラピシー」についてでした。

山上 うちでは子どもたちも「糠袋の温湿布」をお腹や目、仙骨に自分で当てたりしています。私が学んだ野口整体(※注1)では治療ではなく「体育」と

言うのですが、子ども自身の身体感覚を育てたいと思っています。

大橋 私は住まいが葉山で海や山まで歩いて10分程なので、つつい子息子のケアは自然にお任せしちゃってます(笑)。山上さんはお子さんにお手当てをするとき、自分自身の身体に触ってみるよう伝えているのですか?

大橋 お子さんの気づきを促すためにはどんな工夫をされていますか?

山上 講座で親御さんに手当てをお伝えするとき、子どもに身体の状態を尋ねるように言っています。最初は分からなくても、だんだん子ども自身が自

自然療法の国際総合学院I・MSI学院長
富野玲子さん
整体ボディワーカー
山上亮さん
アロマセラピスト
大橋マキさん(聞き手)