



日本アロマコーディネーター協会
チャイルドケア本部 MC会報誌

Peeka Boo No. 25

2010年6月10日発行

ピーカーブー

家 庭 の し あ わ せ つ て ?

「家庭の幸せってどういうものだと思いますか？」

そのように質問されたら、皆さんはどのようにお答えするでしょうか。実は、今年の上半期のスクーリングのスキルアップ講座で、私は参加された皆さんにこの質問を投げかけています。

質問をされた皆さんは、唐突な質問にしばらく驚かれますが、それでもしばらく考えて、「家族が皆、元気であること」「笑いの絶えない家庭があること」「安心できる場所があること」「たまにはどなってしまうことや、にぎやかなこともあるけれど、元気があふれている感じがするところ」「家族がいつも集まっている感じ」などなど、皆さんの感じた「家庭の幸せ」が返ってきました。

「幸せ」ってとても漠然としているものです。定義づけされるものでもありません。だからそれぞれの「幸せ」は異なるのですが、どの答えも物質的な欲でもなく、高望みしたものでもなく、そこには日々の日常に垣間見る光景がありました。

日々を忙しく過ごしていると、あえて「幸せ」って考えることは少ないものです。本当はすでに得ている「幸せ」があるにもかかわらず、情報の氾濫や影響で「幸せ」を勘違いしてしまうことも少なくありません。でも、あえて考えてみると「幸せ」って身近に存在するもので、自分の心の向き方を変えれば、十分感じ取れるものなのかもしれません。



私の家庭の幸せ論は、以下のようにお話ししました。

「外で受けたストレスを癒し、元気で笑顔を取り戻すための場所が家庭。幸せは理屈で考えるものではなく、また物質的なものでもなく、心の中でほんわかとしたもので、温かく、やわらかく穏やかな感覚のもの。その家庭に存在しているそれぞれの家族のエネルギーが調和し、そして互いに反響し合いながら、それぞれがより生き生きと活動することができる充電の場。それぞれが主体性を持ち、社会に向かっていく力を備える場。」

あえて言葉にするととても難しいのですが、今の私自身が感じている「家庭の幸せ」です。おそらく、私の子どもも大学生、高校生になりそれぞれの道を考え、歩み始めている

段階であることから、今の「家庭」の状況に見合った幸せの形なのかもしれません。

「幸せ」を感じることは、「今」という一瞬を大事にしなければならないでしょう。過去や、未来から探すものではなく、「今」という時をしっかりと過ごし、日々を大切にすることから感じられるものだと思います。

子どもの日々の成長を感じ、喜びを得ることは幸せなことです。子どもを日々観察しているからこそ、その成長を感じるのです。せわしなく過ごしていれば、日々の小さな喜びを見失ってしまうでしょう。将来の夢や希望を持って子育てすることも大切なことですが、そればかりでは、「今」という時間を見過ごしてしまうでしょう。また先へ先へと目標を持って進んでしまうと、子どもに見合う目標ではなく、目標に見合う子どもを育てようとしてしまうのです。子どものための幸せが、少し方向性が変わってきてしまうかもしれません。子どもの「今」をしっかりと見て、聞いて感じてください。そして「今」存在している幸せを感じ、二度と戻らない時間を大切にしてください。私たちの命は「奇跡」そのものです。奇跡がたくさん集まっているのが「家庭」です。家庭は可能性の原点です。そして幸せの原点であることをチャイルドケアでお伝えしたいと思っています。

チャイルドケア講師 松本 美佳



海を越えて、 チャイルドケア実践中

ニュージーランド／オークランド

受講生 松村 直美さん

大自然の中で、家族時間を大切にしたい育児実践中！



チャイルドケアと出会って今年で2年。初めはただ、2人の子どもがいるからと安易な気持ちでスタートしました。その頃の我が家と言えば、主人は1ヶ月に数日しか帰宅できず、私もフルタイムで働いていたため、ほぼ母子家庭のような状況

でした。けれどもチャイルドケアを学び始め、子どもにとって家族、家庭の大切さを改めて感じ、このままではダメだと思っていました。

私たち夫婦は、以前子どもができる前にオーストラリアに住んでいたことがあり、その時から子育てするならばのびのびと自然があふれる環境でしたいと思っていました。また子どもには語学を身につけてほしいという思いもあったので、意を決して、海外移住を実現することに決め、その地をニュージーランド（以下NZ略）にしました。

そして、NZのオークランドに住み始めて3ヶ月経ちました。たった3ヶ月ですが、すでにさまざまな変化は出ています。当初、子どもたちは、滑り台やブランコなどの遊具がない公園へ行くと、ここは遊ぶところがない〜！と言っていました。今では、木とか砂とか海とか自然のもので十分遊んでいます。こちらの公園は芝生なので、すぐに裸足になって木登りしたり、枝を拾ってチャンバラごっこ、どんぐり拾い、四つ葉のクローバー探し、などなどとても楽しそうです。いつも体中泥だらけになって遊んでいます。

また、主人にも大きな変化が起きました。こちらには、「キウイハズバンド」という言葉があります。家事や育児に協力的な夫を意味する言葉です。そん

な主人が今やキウイハズバンド。これには私もびっくりです。まともにゆっくり我が子と接することもできなかったのに、こんなに子どもが好きだったのかと感心してしまいました。料理やおやつ作りを楽しんだり、外で遊んだり。お友達が遊びに来ると、いつも子どもに囲まれて人気者になっています。そんなパパを見て、子ども達も嬉しそうです。

今までは、どうやったらチャイルドケアで学んでいることを実践できるだろうと、考えなければできない私でしたが、NZに来て3ヶ月過ごして、そして再びチャイルドケアを考えると、ああ、そうか、こんな普通の生活でチャイルドケアになるのだと自然と受け入れられるようになりました。

こちらは、家族の時間を大切にできる国です。仕事をしている人は、年間1ヶ月の有給休暇がもらえます。もちろん、気兼ねなく使えるようです。

びっくりしたのは、祝日はショッピングセンターですらお休みです。街が静まり返ります。家族でのんびり過ごします。私はそれを知らずにお休みだからと張り切って出かけて、どこも開いてなくてがっかり……食料すら買えずに困ったこともありました。

また、14歳以下の子どもを一人で留守番させるこ





とはできません。ちょっとした買い物でも車の中で待たせることもできません。もし、誰かがそれを見つけて警察に通報されると逮捕されます。そして、親が子どもを叩いたところを通報されても同様です。時には叩くことも必要だと思っていたので、外で叱るときに戸惑います。

さまざまな部分でまだ戸惑うことは多くありますが、いちばん改善されたことは家族の時間がとれるようになったことです。

日本にいた頃は、家族の時間を作るのは、我が家ではとても大変でしたが、今は普通に作れるのであまり意識することもなく実践できているようです。

日本にいた頃の私は、周りの友達の情報に流され、自分の思うことを隠して子育てしていたように感じます。ですから、いつも本当にこれでいいのかと悩

んでいました。

今は、まず主人に相談し、そして子どもにも意見を聞き、そして答えを出せるようになりました。こちらに来て、私自身が成長できていると感じています。

また日本では便利さに頼りがちでしたが、こちらではまず、「ない」が当たり前なので、なんでも手作りを心がけるようになりました。ちょっとくらい下手でもOK。手作りの醍醐味です。

私たちの夢はまだ始まったばかりで、勉強することがたくさんあります。英語の勉強をもっとしなければならぬし、こちらの子育て事情を仕入れなければなりません。日本との違いに戸惑い、泣きたくなることも多々あると思います。子どもたちの環境も変わり、いろいろな問題も出てくると思います。でも、今は全く心配していません。家族4人で力を合わせて一つ一つこなして行けそうだと確信しているからです。

日本から遠く離れてしまいましたが、チャイルドケアはどこでもできます。それを私はここでやっと、気づくことができました。これからも皆さんと一緒にチャイルドケアを広げていけたらと思います。

USA/フロリダ州

CCC 笹岡 厚子さん

慣れぬ環境、ストレスにチャイルドケアで対処

主人の駐在でアメリカ、フロリダ州のオーランドにやってきて、約1年が経ちました。オーランドはディズニーワールドなどのテーマパークがたくさんある観光都市です。

ここには観光で遊びに行くテーマパークはあるけれど、生活するとなると、冬の短い期間を除き、日差しが強すぎて気温は40℃にも上がる日もあります。子どもが外で体を十分に動かして遊ぶ環境もありませんでした。

また、ここオーランドは南米方面などから移住して来ている人も多く、外国人に対して、あまり親切でないように感じられることもあります。運転の仕方が乱暴だったり、治安もあまり良くないなど、不安なことは多々あります。また食文化の違いや消費

文化を目の当たりにしたことは、ショックでもありました。安いものを大量に購入し、使わずに（食べずに）ほとんどを捨てる、ということや暑い土地柄ですので、エアコンがどこでもかかっていますが、本当にががんに冷やしています。

エコとか省エネなど考えているようには思えず、これでは地球の寿命は当然縮まってしまうだろうと考えてしまいました。偏った食事や運動不足によって子どもでも糖尿病や肥満が社会問題になっていることなども心配です。



そうした環境の変化や心配から、本当に親子ともども大変でした。子どもはすぐ環境に慣れるとは言いますが、5、6歳となると言葉でコミュニケーションを取れる年齢にもなっていて、言葉が通じないことや日本との文化や人の違いがわかるだけに、学校に慣れるまでは苦勞も多いのです。

もともとエネルギーがあって、なかなか寝付けないうちだったのですが、こちらに来てからは興奮して眠りに入るまでさらに時間がかかることがあります。

そんな時には、チャイルドケアで学んだマッサージが本当に役に立ちました。フットマッサージをするとうすぐコロッと眠りにつくことができるようになりました。

慣れない環境で言葉も違う中で、子どもをサポートしていると、母親自身が疲れ果ててしまい、子どもをケアしている余裕もなくなる時もありますが、そんな時に、娘に“お母さんをマッサージしてくれる？”とお願いすると、喜んでやってくれました。

簡単なものですが、子どもって意外に上手だとい

うことがわかります。それだけで私も元気になり、娘からエネルギーをもらい、そして今度は、私が娘にマッサージをしてあげることができず。技術ではなく、互いの良い気持ちが伝わるのだと実感しています。



こちらでは病気になることも大変です。加入している保険次第ですが、治療費も高いし、言葉の問題もあります。薬の成分や濃度のことなど気になることもいろいろです。病気にさせないようにするためのホームケアの大切さを改めて感じています。

自分も疲れてくると、周りの環境に合わせた安易な方法に流れてしまいがちです。でもそんな時もまた、チャイルドケアで学んだことに立ち返り、娘にも助けてもらいながら、もっと多くのことを自然にできるようになりたいと思っています。

また、こちらには私たちと同じように日本の家族から離れて暮らす日本人の方がいます。

ここオーストラリアは日本人はそれほど多くないので、初めての小さな赤ちゃんを持つお母さんは、相談できる人がなくて、心細い思いをしていらっしゃると思います。ある10ヶ月のお子さんを持つお母さんに、一言アドバイスしただけで、ずいぶんと安心されたことがありました。

私が学んだことや経験を、そういう方たちのお役に立てたらうれしいと思いました。異国の地でも、一歩踏み出して、私が学び経験したチャイルドケアを共有できたらと思っています。

中国／北京

CCC 吉留 文佳さん

東洋医学が家庭生活にも浸透している北京で、日々勉強中

私は現在、中国人の夫と2歳9ヶ月になる娘と一緒に北京で生活しています。チャイルドケアを学んだきっかけは、娘になるべく自然のものを使ってケアしたいという想いからでしたが、ここ北京では東洋医学の考えが家庭にも浸透していて学ぶことの多

い毎日です。今日はその一部や中国の育児事情についてみなさんに紹介したいと思います。

中国の家庭では「医食同源」が実践されています。例えば、チャイルドケアのテキストにもある身体にとってもいいとされる白湯を子どもが小さい頃から頻繁



に飲ませ、いろんな病気を防ぐとされています。また子どもの体調に少しでも変化があったら、それに合わせて自然の食材を使って、身体のバランスを整えます。

例えば、手のひらが熱くなっていたら、熱が身体にこもっている状況（上火）なので、緑豆粥や文旦などを食べさせて熱を身体から出し（清火）、咳が始めると梨を砂糖水で煮詰めた「梨水」を飲ませ、肺を潤します。少しいつもと違うな……と思った時に早めに対処し、子どもを病気から守る、これが普通の家庭で自然に行われています。

また、中国では出産後も3ヶ月弱で元の職場に復帰するワーキングママが多いため、育児環境が整っているのも特徴です。子どもがまだ小さいうちは、おじいさん、おばあさんのもとへ子どもを預けるか、ベビーシッターを雇います。そして幼稚園に入園してからは朝7時半から夕方5時までの長い時間、子どもを見てもらえるので、ワーキングママも安心して働けます。

いろんな人に支えられながらの中国での育児は、ママだけがストレスを抱え込んでしまうことなく、また人生の先輩であるおじいさんおばあさんの知恵を借りることもでき、子育てしやすい環境だと思います。

しかし、育児の違いで戸惑ったこともあります。



ベビーマッサージ講習会を開催したときの写真

中国の子どもはお尻の部分が割れた尻割れズボンをはいている子どもがいるのですが、それが衛生的ではないと思うので、公園などに行った時、同じ遊具で遊ばせるのに躊躇しました。

また、冷えが万病の元とされているので、冬でなくても、また室内でも、必ず靴下を履かせるように言われたのにも戸惑いました。

そして、中国でといえばいちばん特徴的なことでは、「一人っ子政策」が取られていることです。今後の少子高齢社会を危惧して、一人っ子同士の子どもは二人まで生むことができるなどの緩和策が取られていますが、基本的には各家庭に子どもは一人だけ。そしてその子どもには、おじいさん、おばあさん、お父さん、お母さん合計六人の大きな期待がかけられています。子どもの教育にはとても熱心で、子どものためにはお金と労力を惜しみません。そして子どもたちは学力重視の競争社会に入っていきます。



幼稚園にお迎えに行く、おじいちゃんおばあちゃんたち

そういう中国だからこそ、子どもが競争社会に入っていく前にお父さんお母さんとの絆を深めていく必要があると思います。私は現在、日本人お母さんの集まる育児サークルでベビー&チャイルドマッサージ教室を開いたり、日本人向け情報誌にチャイルドケアについてのエッセイを連載する予定で活動していますが、今後はナチュラルクラフトを使った手作り教室等を開き、育児情報の少ない北京でがんばっているお母さんたちが子どもと楽しく一緒に過ごせる場をたくさん作っていきたいと思います。

そして、将来的には中国の方々にもチャイルドケアを広め、お母さんと子どものコミュニケーションや、絆づくりのお手伝いができればと思っています。



お天気の状態とケアについて

*チャイルドケアと自然療法

快適な生活のデメリットを知る

チャイルドケアで考える・実践する自然療法は、まず自然を知ること、季節を知ることとお伝えしています。日本は、四季のある大変自然観に恵まれた環境にあります。気象や環境的な特徴で分ければ「梅雨」もひとつの季節感覚ではありますから、実際には五季という5つの季節に分けたケアを心がけると良いかもしれません。

私たちの住環境は、昔と比べはるかに暮らしやすく、過ごしやすく、快適な状況になりました。家電は、スイッチを押すだけで、快適な室温や除湿加湿ができるものや、最近ではウイルス除去までできるものなど、次々に生活を快適にできるものが増えています。

衣服の分野でもさまざまな化学繊維が誕生し、軽量で動きやすく、冬場は保温性に優れて寒さをしのげるもの、夏場は、汗を吸収し、渴きやすいといったものが増えました。テレビから日々流れるコマーシャルは「快適性」を重視したものばかりです。

「快適」は大変ありがたいことですが、快適性を重んじすぎると、季節の特徴が分かりにくくなります。物

や方法をあてがうことで「快適」をすぐに取り入れてしまうからです。こんなふうに述べると「快適だといけないの?」と誤解をされるかもしれませんね。そうではなく、「快適」の前に季節のどのような部分を「快・不快」と感じ、心身にどのような変化を起こすのかを理解したうえで、きちんと自分に見合った「快適」を感じ、選ぶことができるようにすることが大切であると言いたいのです。

私たちの体には、精密なサーモスタットが備わっています。寒い日は毛穴をしっかり閉じて、熱が発散されぬように、夏は毛穴を開き汗線から汗をかいて、体が冷えるようにと自動的に体の状況に見合った体の各機能をフルに使い、こうした状況を作ってくれているのです。これが恒常性維持機能といわれるものです。

季節のケアとは、季節の特徴を把握しこの恒常性維持機能を高める、つまり自己能力、自己免疫力を高めていくことがいちばんの目的です。

天気とあいさつのこと

「蒸し暑いですね〜」「肌寒くなりましたね」などと、私たちはあいさつするときに、こうして日々のお天気のお話をよくします。それはなぜでしょう?? これは昔から人の体調と気象状況に関係があることが、経験的に知られていたこともあり、気象状況と体調を気遣う言葉が交わされていた名残という説があります。例えば、「今日は少し湿度が高く、気温が低めですが、あなたの心身の状況と気象はありますか?」という相手を気遣う言葉であったと言われていました。気象は、心身に大きな影響を与え、心の「快・不快」にも多々影響するので、その土地に住む者同士のコミュニケー



ションに欠かせないチェックであったのかもしれませんが。また、同じ土地に住む者同士の肌感覚が、同じであるかを互いに確認していたのかもしれませんが。互いの心身を気遣ったり、自分の体の調整を確認することが、日常的にあり、コミュニケーションとともに健康を考えていたとしたら、昔の人は、上手に気遣い、調和していく術をもっていたのだと感心します。

挨拶さえままならなくなってしまった昨今、日々の天気を感じ、自身の心身のコンディションを確認し、さらに相手のコンディションまで気遣うことができれば、健康に限らず、今の社会で起こっている問題が軽減されるものがあるのかもしれませんが。

気象環境の変化と健康

気象環境の変化とは、気温、湿度、気圧、日照量や風向き、寒冷、温暖前線などです。とくに、気温や湿度の高低は、心身に影響します。体温は、1度違えば体の異変に気づきますが、外気温は、1度くらいではあまり気になりません。寒い、暑いなどと何かしら反応があるのは3度差と言われていますが、体が鈍感になっていると5度くらいの差がないとわからなくなります。そうなると、体は自力で調整しようとする力が出遅れてしまうため不快感が大きくなったり、体調に異変を生じてしまうこととなります。

日ごろから、こうした気象の変化を心身で感じ取れる力をもっていれば、差異が少ない状況で対処できるのです。

気温差で不調を起こすことを「気象病」と言われ、潜在的にあった病の引き金になります。持病のある方は、5度以上の温度差は、健康な人よりも負担がかかりやすくなるので、さらに注意が必要です。日々のお天気チェックや前後の前線の位置を知っておけば、対処もしやすくなります。

梅雨時期のケアのアドバイス

梅雨は、やはり湿度が高くなるので、湿度の調整をして環境を整えることが必要です。湿度に加え、気温



が高くなれば、雑菌やばい菌なども繁殖するので、清潔に保つよう心掛けることも必要です。ただし、一日中エアコンの除湿に頼ってしまうこともおすすめしません。一日中家電から出される電磁波などを浴びている状態になります。雨の状態をみて、こまめに窓を開放し、換気しましょう。

この時期は、日照時間も減ることから、室内にいることも増えるので、精神的にもイライラしたり、ふさぎこんだりすることも少なくありません。家遊びで楽しむことをみつけ、絵本の読み聞かせや雨音をBGMにして、マッサージに時間を費やしてみてください。

夏時期のケアのアドバイス

一言で言い切れないのが夏のケアですが、今回はお天気のことにも触れていますので、そこに絞ります。夏は、室内と外気温の差が激しいことです。この差が継続していくと自律神経が崩れやすくなります。また汗の分泌が激しくなるので、脱水症状を起こしやすいのです。

熱の放出がうまくできないと室内にいても熱中症を引き起こすので注意が必要です。また身長の高い子どもやバギーの高さは、頭上の暑さだけでなく、アスファルトの照り返しにも意識を向けなければなりません。

外出時には一層注意が必要です。できるだけ日中の日差しが強い時の外出は控え、夏は早めに起床し、昼間は昼寝で体力を回復させ、日差しが落ち着く夕方から夕涼みのお遊びをするなど、昔ながらの工夫を凝らし、季節と時間を有効に柔軟に使うことをしていきましょう。

チャイルドケア講師 松本 美佳

MC会員
個人活動報告

身近な現場で、 学びを生かした活動がスタート

今回は、CCCとして活動をされている岩下夕紀子さんと、田辺智子さんをご紹介します。身近な現場で学びを生かし、活動を始められたお二人から、そのきっかけと開催までの流れをうかがいました。学びを活かす場所は、意外に身近に存在するものです。ぜひ、そのチャンスをみつけてください。(CC本部)



家族で桜島を背景に

CCC 岩下 夕紀子さん (鹿児島霧島市)

子育て支援で ナチュラルケアを提案！

●……活動の経緯……●

- * 履歴 2010年2月に2回
- * 依頼先 霧島市主催の子育て支援
- * 依頼のきっかけ 行き慣れている子育て支援の保育士さんに経緯をお伝えしたところ「ぜひ企画してほしい」とお声をかけていただく

●……企画に際して……●

- * 内容
「ベビーマッサージ」1才以下のお子さん向け
「家族で役立つナチュラルケア」子どものいるママ対象
- * テーマ 家事・育児の間に子どもと遊べるベビーマッサージとナチュラルケア
- * 日時と金額の設定 依頼者と相談しながら決める
- * 集客の仕方 ブログ・広告依頼
- * 準備物・資材 オイル・容器
- * 参加者の持ち物 バスタオル・飲み物
- * 開催に至るまでの流れ
講座の内容と対象年齢を決める／講座の

時間を決める／場所の広さや冷暖房の確認をする／資料の作成と依頼者への資料提示

●……当日の様子……●

- * 講座時間 実質30～40分程度
- * 参加人数内訳 母親：13名
子ども：16名(1～4ヶ月)兄弟数名
- * 参加された方からのお声 オイルがないとできないと思っていたので、こんなに手軽に出来ると思わなかった。上の子の時は手順通りにすることばかりで長続きしなかつたけど、全身でなくて部分だったら毎日続けられそう。

●……活動のきっかけと現在に至るまで……●

2才になる娘へのマッサージは、生活の一部でなくてはならない大切な時間です。その中で、「マッサージをする」こと以上に、触れ合うことの大切さを実感しました。また、ナチュラル素材の手作りアイテムは、遊びのひとつになり生活を楽しむことができます。私自身の気持ちにもゆとりが生まれ、子育てにも自信が持てるようになりました。そんな子育て経験を伝えたいという思いがたがったのだと思います。ここ霧島市は、身近に自然も沢山あり過ごしやすいところ。また、通勤族も多いため受け入れも充実していて、皆さんとても和やかです。私も福岡から越して来たのですが、地元の人と関わるきっかけや、越してこられた方へのケアができればと思っています。私より子育て経験のあるお母さん方に教えてもらうことの方が多いかもしれませんが、少しでもお役にたてればと思っています。



娘さんとの楽しい時間



●……今後の予定……●

「ママはずっとずっと家庭の太陽であってほしい」という願いを込めて、この6月から自宅の一室で、ベビーマッサージと家族で使えるナチュラルケアの教室を始めます。同時に、市や子育て支援の所へ営業活動にも行く予定です。

岩下夕紀子さんへの連絡先 090-2394-2104
ブログ公開中！
hug ∞ hag 家族皆でナチュラルケア。ずっとずっと永遠に心も・体も「はぐはぐ」しましょ♪
URL <http://hughag.chesuto.jp/>



自宅でのアロマ教室



アロマ教室のおもてなし料理
「ダンディライオンの炊き込みご飯」

り多くの希望があったので、当日の進行も苦戦しましたが、やってみないと分からないことを経験できて良かったです。参加された方の笑顔や楽しかったというお声は、なによりのご褒美でした。

●……活動のきっかけと現在に至るまで……●

娘が年長の時にきっかけができたのですが、その次の年も依頼を受けました。子どもの感性を育てるために、様々なことを取り入れている幼稚園でしたので、私自身も、アロマやチャイルドケアを学んで良かったことを自然に話すことができたのだと思います。また、友人や周りの方のサポートもあって、昨年の11月から自宅のアロマクラフトの教室をしています。お茶を交えながらの会話は子どものことが中心になるので、コミュニケーションの場として、子育ての息抜きの場として、憩いの時間を過ごしています。

●……今後の予定……●

自宅での教室は、月3回のペースで引き続き行なっていきます。口コミで来てくださる方もいらっしゃる、これからますます楽しみです。子どもが休みになる時期は、親子で楽しむことをやってみようと思っています。

CCC 田辺 智子さん (茨城県猿島郡五霞町)

娘の通う幼稚園で活動スタート！

●……活動の経緯……●

- * 履歴 2008年11月～ 年に1～2回
- * 依頼先 幼稚園の家庭教育学級の役員さんから
- * 依頼のきっかけ 娘が通っていた幼稚園で興味を持たれ、「アロマとお花」をテーマにした年間行事が決まり、その一環としてアロマの講座を担当することになる。

●……企画に際して……●

- * 内容 2008年度「手浴&マッサージ」
2009年度「虫除けスプレーとスキンケア」

- * 対象者 園児保護者
- * 集客の仕方 幼稚園が発行する「園だより」
- * 金額設定 材料費のみ
- * 開催に至るまでの流れ

まずは役員さんに試してもらい当日はお手伝いに入ってもらおう。全て園側の手配。

●……当日の様子……●

- * 講座時間 2時間程度
実習：1時間
ハーブティーで感想会：30分
- * 参加人数内訳 2008年度：34名
2009年度：40名
- * 感想 初めて行なった時はとても緊張しました。予定していた人数よ



幼稚園での講座

病人で障害があってもチャイルドケア実践中

受講生 新谷 麻子さん

(大阪府豊中市)

詩や天然石で表現するスピリチュアル・アーティスト（“まりあ”として活動中）。海外に居た頃からアロマなどの自然療法に関心を持つ。2002年に難病で倒れるが、緩慢に回復中。
HP：http://marinemaria.blog59.fc2.com/
E-mail：nangokurak@hotmail.co.jp
TEL：090-5644-7472



8年前の私は、医師にも見放された状態の寝たきりのままでした。それから徐々に回復しつつも、仕事はまだあまりできませんが、今を楽しめるために、『できないことよりもできることから』と、アロマを勉強しています。数年前までは通信教育を受けることすらもできない状態で、再起不能を覚悟していましたから、ありがたいことです。おかげでご老人からお子さんまで接することに、アロマを取り入れるようになりました。

しかし、唯一〈赤ちゃん〉にはまだ触れたことがなく、テキストや松本先生の著書を読んでいると体験してみたくなり、思いきってmixi（注：mixiは、ソーシャルネットワーキングサービス（SNS）のひとつ）で、「ご近所さん～、赤ちゃんをケアさせてください～」と呼びかけたら、即！返事がきました。

テキストにある、ハーブパウダーを作って試してみたり、ホホバオイルを塗ってみたり、カモミールティーを飲んでもらったり。同時に（これは私にも使ってみよう）とハーブパウダーを使うようになり、人のためにと調べたことが、そのまま自分にも役立つことがたくさんあります。

赤ちゃんの場合は、慣れるまではなかなか裸を触らせてくれなかったり（笑）、幼い子どもよりも大変

です。それは想定していたことで、マニュアル通りにいかないからこそ愉快です。改めて、赤ちゃんの立場にまずなることそして、お母さんがまず癒されていなくてはならないと感じます。そのため、お母さんとアロマの良さ、癒される力を一緒に味わいながら、楽しんでいます。

もともと子どもは大好きなのに、貴重な体験も、この講座を受けなかったら、ホント、なかったです。こうした機会を持てたのもこの講座のおかげさま、ありがとうございます。

友達の子もたちと接するのも、ますます楽しくなり、「触って！やって！」「気持ちいい～」と言われます。今も体は激痛が走ることもあり、辛い日々も多いのですが、病気がなかったら、ご老人の寝たきりの辛さも、赤ちゃんのオムツの不快さもわかりませんでした。お母さんになることは、赤ちゃんの立場になって「どうしてほしいのかな？」と愛を学びます。私は子どもを産む機会がなかった（独身）ので、病気を通して愛を学ぶことだったのかもしれませんが。

大阪などで実践されているサークルなどがあれば、見学にもうかがいたいと思いますので、ぜひご連絡ください。



子育てとは……

受講生 北村 裕美子さん
(滋賀県)

4人の子をもつ。現在、児童施設に勤務。
3ヶ月～1歳児の事業でベビーマッサージを
取り入れた事業を展開。CCC取得後は、
自宅サロンや教室など展開していきたい。
ブログ：<http://suiya.no-blog.jp/bulan/>
E-mail：kyara8080@yahoo.co.jp

赤ちゃんサロンを開くきっかけは、4人目を出産後、0歳児を持つママ同士が知り合い、仲間作りができる場を作りたいと思ったことでした。ママ友というのは、子どもが幼児期に入って、地域のサークルに出かけたり、公園で子ども同士のおもちゃの貸し借りなどの関わりをきっかけに、「お名前は?」「いくつですか?」「おうちはどこですか?」等の声かけから、広がっていきます。

しかし0歳児は、サークルに行くのは少し早い。公園に出かけても、公園を一周して帰ってくるだけ…1歳を過ぎても、一人遊びが中心の月齢ではなかなかママ友はできません。

また、第一子の子育ては、育児本やインターネット等の情報にもっとも振り回されやすい時期といえるでしょう。私も、毎日決まった時間にお昼寝をさせ、寝ない日があると「なんで?なんで寝ないの!……もう、30分もこうしてるじゃない!早く寝てよ!」とイライラし、おしりをパチンとたたいて、泣かしてまでも寝かせていたことがあったのです。4人目ともなると「眠たくないのか」ですんでしまうことも、一人目のときは、誰にも相談できず、育児本通りに絶対寝かさないと!と自分で自分を追い込んでいくのです。

3ヶ月～1歳の赤ちゃんサロンでは、「外に出かけるきっかけとなり、気分転換になりました。」「同じぐらいの月齢のお子さんのお母さんと知り合いになれた。」「みんなも一緒なんだな。」と思いましたなどの意見があり、とても好評でした。

同じ境遇の人たちと話すことで、なぜ元気がでるのか?と考えたことがあるのですが、「みんなも大変なんだな」「悩んでるのは、私一人だけじゃないんだな」



と気づくんですね。この気づきが大切で、「明日もがんばろう!私もチャレンジしてみよう!」と前向きになれるのです。

ベビーマッサージでは、「寝つきが悪いのにベビーマッサージをした日は、よく寝てくれます。」「離乳食が始まると便秘気味になりがちですが、マッサージの後は、オムツが大変なことになります。」などうれしい報告もたくさん寄せられます。このように、赤ちゃんサロンではお母さんの精神的なゆとりを生み、その手でマッサージをうけるので、ダイレクトに赤ちゃんにとっても良いパワーが伝わっているように思います。

赤ちゃんサロンを通していつも思うのは、熱心なお母さんがとても多いことに感心している反面、無関心・無気力な子どもたちも多いということ。どうしてでしょう。

幼稚園や学校に行きだすと「少し、手が離れた」とか「楽になった」とよく聞きますが、子育てはずっと続いているのです。でも、ちょっと手が離れたことによって、目も離してしまうのです。

先日参加した松本先生のスクーリングでは、まさに私の心情に共感することが多くあり、改めて今までの活動を通して、乳児だけでなく、幼児期・少年期・青年期の子育てをどう伝えていこうか、私にとってのこれからの大きな課題となると感じています。

Q&A

【回答】

チャイルドケア講師 松本美佳

Q 予防接種前後のベビーマッサージについての質問ですが、前日及び接種後24時間は様子を見る。または、前日はOKだが、接種後48時間は様子を見るなど、さまざまな答えがあるようですが、どのようにしたらよいのでしょうか？

A 予防接種は、薬理成分を体内に入れるわけですから体にはかなり負担がかかっていると思います。

教科書的にいえば、48時間様子を見るというのが妥当だと思いますが、それでも摂取した箇所は、さらにしばらく控えたほうがいいでしょう。

お子さんの様子を観察し、マッサージの時間や方法、圧の状況を考慮していく必要があると思います。

ベビーマッサージの目的は何かをはっきりさせて、スキンシップや、コミュニケーションを目的に考えれば手や足、頭などを軽くなせる行為は問題ないと思いますが、体全身行うことが良いのか否かは、お子さんの状況によ

ると思います。

ただし、摂取当日は、不安感も多いと思いますから、抱っこしてあげたり、手をつないであげたりなどの心のタッチケアはしてあげたほうがいいでしょう。

大人の私でも、予防接種をしたときには、だるくなったり、気力がなくなったりと、疲労感が出るなどの状況になります。お子さんの場合には、それが顕著に出ると思います。

目的を明確にし、お子さんを観察し、部位、方法を柔軟に変えて行うことがどんな場合にでも必要だと思います。さまざまな答えがあるということは、さまざまなケースを考えて行うようにするということだと思います。

Q ハーブティーを外用に使用する際に、テクスト書いてあったワセリンと混ぜて利用しました。1歳児ですが、お肌が潤ったようです。ただ作ったときに、最初はクリーム状になるけれど、すぐに分離してしまうので、うまく作るためのコツはありますか？

A ワセリンは油分です。そしてハーブティーは水分ですから、実際には、乳化剤がなければ馴染みません。

分離するのは仕方ないことです。体裁は悪いですが使うたびに混ぜて使用することがいちばんいいのです。

水分ですから傷みますので、作り置きはおすすめできません。

腐らせないために防腐剤。肌なじみを良くするため乳化剤というものが使われるようになったことを考えれば、シンプルなケアは物足りないかもしれません。

しかし、私たちの暮らしには使い勝手を追求するあまりに、無駄なものを取り入れていることもあるでしょう。自然療法のメリットとデメリットを考えながらお使いいただければよろしいかと思います。

その都度の手間はありますが、新鮮な成分をシンプルに利用することで得られる有効性があることに気づけば、自然療法はもっと面白く、興味深いものになります。いろいろお試しください。



第3回 チャイルドケア指導者 養成講習会開催！ in 東京

9/26

チャイルドケアを普及する指導者を養成するための講習会を、秋は東京会場で開催します。(今回はこれが最後になります)

この講習会は、CCIを目指される方だけではなく、講師活動を目指す方には必見の講習会となります。従来の講義式のスクーリングとは違い、チャイルドケアを実践的に伝えるための手段を学ぶ講習会になります。チャイルドケアを伝えるためのポイントやコツをしっかりと理解し、そのためのノウハウを習得します。さらに、指導者としての必要なスキルを高め、「伝える」を習得します。

講義、実習、ディスカッションなどさまざまなスタイルで学ぶ講習会は、参加意識も高まり、仲間もできることから参加された皆さんから好評を得ています。チャイルドケアの資格を取得し、どう伝えていけばよいのか分からない方も受講できますので、ぜひこの機会を逃さずにご参加ください。

- ◆日程 9月26日(日)
10:00~16:00
- ◆会場
カルチャーキューブ渋谷校
- ◆費用 6,000円
CCI 5,000円
2回目以上の参加3,000円
- ◆講師 松本美佳
- ◆申込締切 9月16日(木)
- ◆参加対象者
 - ・CCI(積極的にご参加ください)
 - ・CCI受験を検討している方
 - ・CCCまたは受講生(本講座の普及活動を目指す方)
 - ・スクーリングに2回以上(ビギナー・スキルアップ問わず)参加している方
 - ・ガイドブック所有者

- ◆講習会カリキュラム
 - ・テキスト各章の意図と伝えるためのポイントとコツ
 - ・講師側からみるチャイルドケアの裏ポイント
 - ・表現力を養うディスカッション
 - ・指導者としてのマナーと心遣い
 - ・その他

このような方におすすめします!

- ・本講座を学習面だけではなく、チャイルドケアの概念をきちんと学びたい。
- ・CCCの資格を取ったが、伝え方がわからない、自信がないと不安。
- ・講師、指導者としてのスキルを高めたい。

過去の参加者からの感想

(参加者アンケートより抜粋)

*改めてチャイルドケアの「基本の考え」と「コミュニケーション能力」の大切さに気づきました。また、皆さんから実際の活動していること、育児の経験や思いなどをたくさん聞けて良かったです。

(愛知県・R.Oさん)

*松本先生との距離感も近く、内容もとても刺激を受けました。特に、例題を取り上げながらのディスカッションは、チャイルドケアの考え方の見直しができるような気がします。相手の気持ちを感ずることの大切さがよく分かりました。

(滋賀県・Y.Oさん)

*チャイルドケアと言うと、ベビーマッサージのみに思われがちなので、幅広いチャイルドケアの認識をどう伝えたらいいのかと悩んでいましたが、参加してヒントがたくさんあり、今までより自信を持って伝えることができる気がします。私にも、私だからこそできることがある!と思えるようになりました。

(東京都・N.Iさん)

第5回

CCIライセンス認定試験 実施要項(東京・大阪)

今年中にCCIのライセンス取得を希望している方、検討している方へ朗報です。東京・大阪の2会場に限り、秋の実施が決定しました。

- 試験内容 在宅：筆記試験・
企画書作成
会場：面接試験
- 受験料 21,000円

	面接試験日 (17:00開始予定)	受験願書請求～ 受験手続き締切	在宅試験問題 発送日
大阪	10月3日(日)	8月2日(月)～9月3日(金)	9月8日(水)
東京	11月13日(土)	9月13日(月)～10月15日(金)	10月20日(水)

※試験内容の詳細及び手続きについては、ガイドブックP.111を確認し、受験願書を請求してください。
※上記の指導者養成講習会への参加をお勧めします。

お友達募集コーナー

広げようチャイルドケアの輪！

CCC 菊池 朝香 さん (北海道 札幌市)

E-mail: mo2misya@yahoo.co.jp

ブログ: <http://ameblo.jp/takunmama/o>

こんにちは、私は札幌市の元町で調剤薬局の薬剤師として働いている4歳の男の子の母です。

薬局では、英国クインエッセンス社の精油、北海道盤溪のラベンダーや、馬路村ゆず、高知県室戸ヒノキの精油たち、北海道滝上町ハーブティー、インカオイル社オーガニックホ

ホバオイルなど、それぞれ思いがいっぱい詰まったものたちに囲まれています。チャイルドケアでの出会いを大切にしたい！子育て中のお母さんとハッピーを共有したい！ぜひ遊びにきてくださいね。ご連絡お待ちしております！

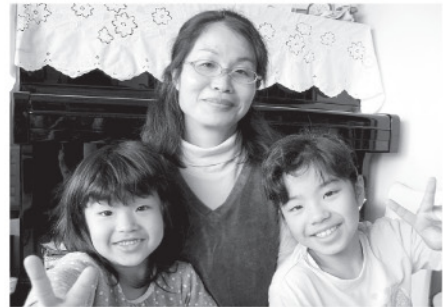


cccいしはら えりさん (東京都西東京市)

E-mail: eri1105@nifty.com

携帯mail: isihara.eri@docomo.ne.jp

携帯番号: 090-5494-1413



先日、念願のCCCに合格しました。これから、子どもとお母さんのためのアロマを使ったグッズ作りや、読み聞かせなどの楽しい時間を過ごせるような、サークルを作りたいと思っています。

子どももまだ小さい(小学2年生と小学4年生)ので西東京市近辺(練馬区、武蔵野市、東久留米市、清瀬市や埼玉県所沢市など)の方で活動を考えています。同じような趣旨で活動をされている方、ぜひ、一緒に勉強しませんか？ご連絡をいただけると嬉しいです。よろしくをお願いします。

深イイレポート

皆さんの実習レポートからいただいた、おすすめレシピや外用レポートをご紹介します。

※ご紹介するレシピに関し、詳細、質問などはお受けできませんのでご了承ください。

わが家のハーブレシピ編 (飲用&外用)

ハーブ外用部門

和歌山県西牟婁郡 M.O.さん
皮膚トラブルにGood!

次男が以前首周りから肩にかけて、原因の良く分からない、皮膚炎を繰り返していました。皮膚科の薬で症状が治まってきたかと思えばまた悪化するというのが2ヶ月近く続いたので、皮膚トラブルに効果のあるネットルを浴槽に入れて入浴をしてみました。すると不思議なことに症状がみるみる改善し、それからは症状が現れることもなくなり、少し肌が荒れているかな？と感じた時はネットルの薬草風呂に入ってます。

ハーブ外用部門

宮城県仙台市 M.S.さん
無駄なく使える♪
ローション&ゴマージュ

カモミールを濃い目に抽出し、そのままローションとして試してみました。あせもまではいかないけれど、汗で肌がかゆくなったところを、お風呂上りに塗布してみました。子どもは香りも良く、冷たくて気持ち良いといっで喜んでいました。他にも使用済みのハーブティーの茶殻を水分をしっかり切って、乳鉢で細かくし、はちみつとホバオイルで混ぜたものを私用に、ひざやかかかたにゴマージュしました。しっとりして、痛みもなくきれいになっていくのがいいです。

飲用部門

静岡県藤枝市 M.S.さん
クラッシュハーブゼリーの
ひんやりジュース

暑い夏にさっぱりできるので、11歳の娘は大喜び。見た目もきれいで味も大のお気に入りです。私と夫にはペパーミントが強すぎて薬っぽいように感じましたので、もう少しペパーミントを薄くするか、レモングラスに変えるなど、改良の余地あります。

- ・ローズヒップ……ティースプーン 1
- ・ハイビスカス……ティースプーン 2
- ・ゼラチン……5g
- ・はちみつ……適量

上記の材料で300mlのゼリーを作ります。固まったらゼリーをクラッシュしてグラスへ入れます。ペパーミントティーを濃い目に入れて冷やしたものをグラス1/4入れ、サイダーを注ぎ太めのストローで飲みます。



夏休み 親子イベント in大阪 7/29

初開催!

夏休みの思い出づくりに大人も子どもも楽しみましょう!!

親子イベントは、チャイルドケアのコンセプトをもとにした「お楽しみ」を提案するものです。

東京会場で行われていましたが、今回、大阪会場で初の開催となります。

詳しい内容は、当日までのお楽しみとなります。この機会にぜひご参加ください。

なお、イベント開催につきましては、CCC以上の資格を持っているボランティアスタッフのご協力が必要になります。ボランティアスタッフがいない場合には、開催ができませんので、ご了承ください。

ボランティアスタッフ 大募集!!

イベントを開催するために、イベント準備と当日のお手伝いに入っただけの方を募集します。

●ボランティアスタッフの募集条件

- ①6月末の時点でCCIまたはCCCの方
- ②松本美佳先生のスクーリングに1回以上参加された方
- ③イベント当日、集合と解散の時間内の対応ができる方

- 集合：午前11時
- 解散：午後5時（後片付け有）
- 募集期間 6/1（火）～6/30（水）
- 募集人数 3～5名

※ 応募された方へは、詳細をご案内いたします。

●日程 7月29日（木）

●会場 カルチャーキューブ心斎橋校

●参加費 親子1組 4,000円
（子ども追加500円/人）

●時間・対象年齢

12:30～2:00 4才～6才 15組

2:30～4:00 7才～9才 15組

●イベントナビゲーター

松本 美佳 先生

CCI&CCCの皆さんへ

スクーリングの託児ボランティアに参加されてみませんか？

「子どもが小さいからスクーリングへの参加が難しい」という方たちのサポートに、託児ボランティアによる協力のおかげで託児付きスクーリングが開催されるようになり4年が経ちました。当初は、東京のみの開催でしたが、今では全国に託児ボランティアとして協力してくださる仲間が増え、託児付きスクーリングができる機会が増えてまいりました。ボランティアの皆さんには心より感謝しております。

託児ボランティアは、託児の経験がなくても、互い

に協力し合う姿勢の中で経験しながら学ぶことができること、また、ボランティアさん同士の情報交換をする場にもなり、お友達や仲間も増える機会になります。多くのお子さんに触れ、多くの経験を積むことは、個人活動のヒントにもつながりますから、「何か活動したいけど、どうすれば分からない」という方、まずは、託児ボランティアを経験されてみてはいかがでしょうか。

※ボランティアの申込等の詳細は、本誌P.16右上をご覧ください。
※ボランティアの方へは、CC本部より謝礼をさせていただきます。

【ビギナー編】(午前10:00~12:00)

全会場同一

◆内容

- ・チャイルドケアが必要とされる背景
 - ・チャイルドケアの7つのコンセプトのこと
- 以上の内容を講師の子育てなどの体験談を交えながらご提案します。本講座の全体の概要をご紹介しますので、方法や課題の説明ではありません。

◆対象者・参加費 ※本講座未受講の方も歓迎です。

- ・MC会員 (CCI・CCC・チャイルドケア受講生) 3,000円
- ・JAA正会員・JAS生 4,000円
- ・上記に該当しない一般の方 5,000円

【スキルアップⅠ】(午後1:30~3:30)

【スキルアップⅡ】(午後1:30~4:00)

◆会場・日程・内容等は別表をご覧ください。

MC会員 (CCI・CCC・チャイルドケア受講生)

スキルアップⅠ/3,500円

スキルアップⅡ/4,000円

◆参加条件

- ・ビギナー編を1回以上、参加していること(同日含む)
- ・補正テキストの「ガイドブック」を購入していること
- ・お持ちでない方は、事前に代引きにてお求めください。(ガイドブック6,300円 代引手数料315円)

◆スキルアップの詳細

テキストブックにある7つの章を3回に分け、その章の内容を掘り下げてご提案します。

受講中の方はもちろん、CCC、CCIの方はすすんでご参加ください。3回すべて参加された方へは、「スキルアップ修了書」を発行しています。

スクーリングタイトル	テキスト該当章とテーマ	講師	会場/時間/費用
【スキルアップⅠ】 チャイルドケアの概要	・チャイルドケアについて ・第1章 チャイルドケアと自然療法 ・第2章 子どものスキンケアと足の健康 ・その他	本部講師/ 松本美佳	沖縄・広島・札幌・仙台 1:30~3:30 (2H) 3,500円
【スキルアップⅡ】 チャイルドケアの実習	・第3章 子どものためのハーブティー ・第4章 子どものためのアロマセラピー ・第5章 子どものためのライフスタイル ・実習	本部講師/ 松本美佳	東京・大阪・福岡・名古屋 1:30~4:00 (2.5H) 4,000円(材料費込)
【スキルアップⅢ】 チャイルドケアの実技	・第6章 チャイルドケアのための東洋医学 ・第7章 チャイルドケアのためのタッチ&マッサージ ・その他	本部講師/ 松本美佳 監修/松本安彦	2011年 春 1:30~4:30 (3H) 4,000円(実技例込)

◆スクーリング会場・日程

沖縄	7月17日(土)	沖縄産業支援センター	ビギナー編/スキルアップⅠ
広島	8月7日(土)	RCC文化センター	ビギナー編/スキルアップⅠ
札幌	9月5日(日)	札幌市内指定会場	ビギナー編/スキルアップⅠ
東京	9月30日(木)	カルチャーキューブ渋谷校	ビギナー編/スキルアップⅡ
大阪	10月3日(日)	カルチャーキューブ心斎橋校	ビギナー編/スキルアップⅡ
福岡	10月9日(土)	天神チクモクビル	ビギナー編/スキルアップⅡ
仙台	10月31日(日)	ハーネル仙台	ビギナー編/スキルアップⅠ
東京	11月13日(土)	カルチャーキューブ渋谷校	ビギナー編/スキルアップⅡ
名古屋	11月27日(土)	名古屋デザインホール	ビギナー編/スキルアップⅡ

【申し込み窓口】日本アロマコーディネーター協会

TEL/03-5413-1260

お電話でのお申込みとなります。参加費用は、下記のJAA指定口座へお振込みください。

※振込の際にお名前の前に数字の「2」(判別ナンバー)をご記入ください。

三菱東京UFJ銀行 池袋東口支店 普通 1920305

名義 日本アロマコーディネーター協会

【スクーリング規定事項】

◎参加者が20名以下の場合、開催中止となることがあります。開催の可否は、各会場2週間前に決定しますので、間際の申し込みは避け、できるだけお早めにお申し込みください。

◎開催日当日のお申し込みは受け付けておりません。

◎東京会場以外での平日開催は、多数の要望及び今年1年間の参加状況により検討いたします。

【キャンセルについて】

◎お申し込み後のキャンセルは、各会場1週間前(土日祝を除く)までにご連絡ください。

◎開催1週間以内のキャンセルについては費用の返金できません。予めご了承ください。

【託児について】

◎託児はCCCの有志によって成り立っており、会場の同室内で行います。託児希望の方は、お電話にて託児の可否をご確認ください。※各会場1ヶ月前に決定します。
◎託児ボランティアがおらず託児不可の場合や、お子さんの年齢により託児を要しない等、隣席での参加も可能です。

託児ボランティアを
随時募集しています!

申込期日:各会場開催日の1ヶ月前まで

◎CCCの方で、スクーリングを過去に1回以上参加している方でしたらどなたでも可能です。

◎当日はガイドラインを目安に行っていたできます。場合により、ご自分のお子さんと同様しながらボランティアに入ることも可能です。



★チャイルドケア・コーディネーターライセンス取得

おめでとう

ございます!

新たにCCCになられた皆さんです。今後の更なるご活躍を心よりお祈りしています。★

田保敦美/道本朱音/上川雅代/原辺かをり/中島萌/塚原日出子/小島昌子/末本愛紀/三澤野絵/青木千春/大沼紀子/山川マサコ/本多清恵/山下美枝子/香山七重/久野紀美子/梶山愛子/高島幸恵/江崎ゆかり/増田理恵/松下怜加/勝亦亜貴子/山岡依子/大平香那/笹岡厚子/辻本典子/三原浩美/永井友加里/成田和恵/佐野睦美/磯田真澄/松田とよ子/三浦純/寄井敏江/根崎千恵子/相馬寿江/書上安子/菊池朝香/石原英里/久慈祥子/内藤純子/長谷川京子/木澤里織/山下洋美/人見麻衣子/玉井幸代/川端カナ/馬上美雪/長谷陽子/細谷千博/岡部由希/對馬香/大倉沙衣/神山尚子/原佐智代/抜水由香理/佐藤梢/城陽子/小田純子/武藤麻紀子/辻郷澄子/石川明美/藤原浩美/知花梓/山岡美智子/大島鶴枝/岡恵美/星野典子/吉留文佳/村山恵理子/坂下雅子/大塚久美子/余田富子/狭山美佳(敬称略/2010.2/1~2010.5/15付 74名)

MC会員の更新手続き

下記の受講番号に該当する方は、今後のレポート提出にはMC会員の更新が必要となります。(更新手続き書類7月上旬郵送)

なお、更新希望をされない場合は、次号より本誌ピーカープのお届けもストップします。予めご了承ください。

受講番号(最初の5桁)

AC08-5/AC08-6/AC08-7/AC08-8/AE08-5/
AG08-6/AG08-7/AG08-8/AL08-6/C009-5/
009-6/C009-7/C009-8

原稿募集!

本誌の企画にご寄稿いただいた方には、抽選でプレゼントを差し上げております。メンバーズメールや活動報告など、誌面を利用して発表してみませんか? お待ちしております。

日本アロマコーディネーター協会
チャイルドケア本部

〒150-0001 東京都渋谷区神宮前1-15-15 原宿佐野ビル2F

TEL. 03-5413-1260 FAX. 03-5413-7080 E-mail:info@childcare-jp.com

URL/www.childcare-jp.com/

〈MC会員専用ページログイン方法〉

ログインID/CC パスワード/mckaiin