2016年6月10日
No. 43
PEE KA BOO ピーカーブー
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

チャイルドケアの伝え方
◎特集 講座・勉強会・交流会・お話会をしよう!
◎知覚動考 私たちのチャイルドケア
◎安彦先生の東洋医学レッスン 2
◎2016年下半期 Information 他

4つ目のキョウイク 協育

ご存知のように、九州では、大きな震災が起こりました。東日本大震災から5年経ち、人々の不安が少し和らいだ矢先のこと。改めて日本は、世界有数の地震国であることを感じました。

いつどこで起こってもおかしくないと言われる災害ですが、不安や怯えを持っているばかりでは仕方ありません。防災意識を持ち、情報に惑わされず、正しい行動をとっていくことが必要です。そして、大切なのはチャイルドケアでもお話ししてきましたが、人とのつながりです。つながることでさまざまな力を発揮することができるのだと思います。

実は、そんなことを改めて実感することがありました。熊本の震災直後に東京ではスクーリングが開催されました。そこに熊本から参加された方がいました。鳴り止まない地震速報とともに、被災されているご家族と連絡をとりながらの受講となりましたが、周りの皆さんのお気遣いや励ましの中スクーリングを終えました。しかし、その日に熊本に戻られる予定が、熊本空港が閉鎖となり、帰ることができない状況となったのです。

その状況を知った参加者の方が、一人ではさぞ心細かろうと、自宅に招いてくださったのです。お互いスクーリングで顔を合わせた程度の関係です。

もちろんホテルを取ることもできたでしょう。しかし、ご家族と離れている心細さや、さまざまな情報に不安と焦りを抱えての一人は、余りにも孤独でしんどいものです。その思いを感じ、できることに手を差し伸べられた勇気や優しさは、知覚動考でもあり、まさにチャイルドケアでお伝えしてきた「愛」です。私は、この話はスクーリング後に聞いたことだったのですが、深く感動しました。

このお話のつづきは、後ページの「深イイ話」でご紹介させていただきます。

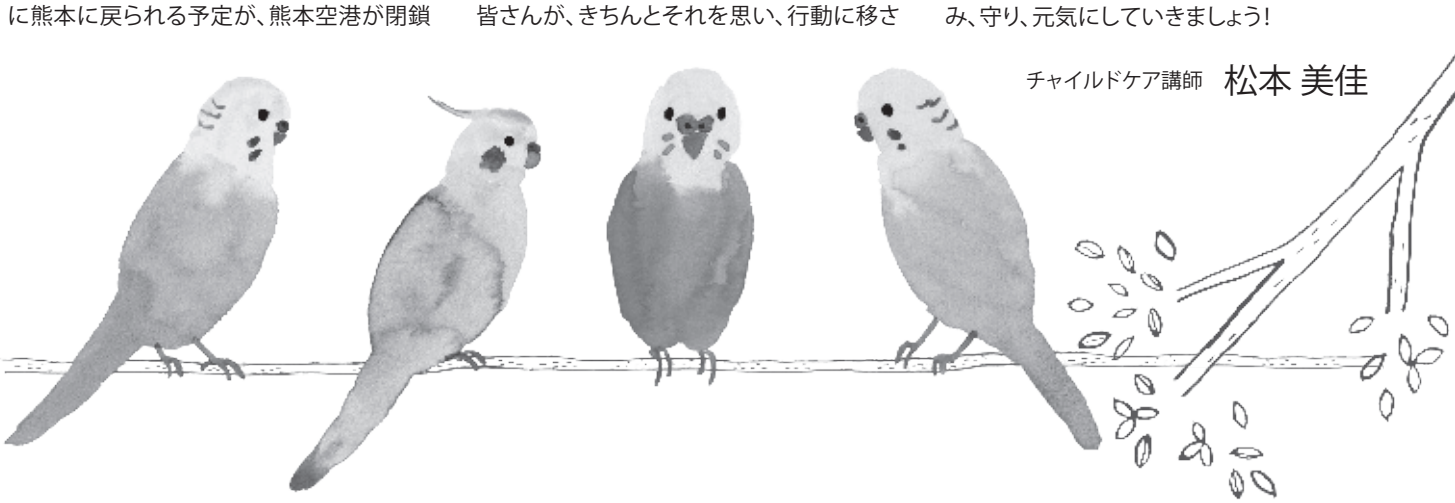
核家族・家庭崩壊・地域断絶・個人尊重など、つながりを失った社会問題がさらに悪化し、コミュニケーションや思いやりさえ低下していますが、チャイルドケアを学んだ皆さんが、きちんとそれを思い、行動に移されることを知り、まだまだできることはあると確信しました。

チャイルドケアは、自然療法で自然治癒力を高めるだけではありません。人としてできる力を引き上げることでもあります。これがなければ生きることの治癒力は上がりません。

チャイルドケアの3つのキョウイクを覚えていますか？ ひとつは共に育っていく「共育」。二つ目は、互いに反応し合い、響き合っていく「響育」。そして、今日一日を大切に生きていく「今日生く」です。しかし今回、受講生の皆さんから学んだことを一つ加えたいと思います。従来の3つのキョウイクに新たに4つ目のキョウイクを加えることとします。それが協力し合う「協育」です。

微力な力でも協力し合いながらできることが必ずあります。声をかけあい、支え合い、励まし合い、補い合う。そして、協調性をもっていくこともまた「協育」です。4つ目のキョウイクを大切にしながら、私たちのチャイルドケアで、たくさんのチャイルドを育み、守り、元気にしていきましょう!

チャイルドケア講師　松本 美佳



去る4月14日から熊本県を中心に発生している一連の地震により、お亡くなりになられた方々に謹んでお悔やみを申し上げるとともに、被災されました皆様に心からお見舞い申し上げます。また、被災者の救済と被災地の復興支援のためにご尽力されている方々に深く敬意を表します。皆様の安全と被災地の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

チャイルドケアの
伝え方

講座・勉強会・交流会・お話会をしよう!

チャイルドケアを学習したものの、資格取得後はどのように活動して良いのかわからないという声を聞くことがあります。チャイルドケアの学習は、何かを教育するものではありません。人に寄り添い、できることを見つけ、それぞれの生活のQOLを高めることです。だからチャイルドケアは、とても自由な伝え方ができるのです。「誰かに教えるなんてできない」と躊躇している方だって、誰かと楽しくお話しすることはできます。それならば、楽しくお話ししながら伝えることもできます。「まだ学習中だし」と戸惑っているなら、一緒に勉強できる仲間を募ることも良いですね。チャイルドケアの「知覚動考」精神で一歩踏み出すことで、充実した学びの場や、活動の場が見つかります。

今回は、そんな一歩のヒントをお伝えします。

チャイルドケアを学ぶニーズとは?

チャイルドケアの概念を伝えてきたことにより、学習する方のニーズは、一般的な「子どものための自然療法」という認識から「自然療法と家庭教育で考えるいのちのケア」へと、その認識も広がりつつあります。また、チャイルドケアを学んだ方の中にも、通信講座で学習が終わっている方、スクーリングに参加された経験がある方、eラーニングで学習を深めた方、あるいは個人的に私的スクールに学ばれる方など、学習の習得度の格差もあります。そのため学習ニーズも大きく４つのパターンに分かれます。

◎具体的に対象がいて、具体的な対処的なケアや方法を知りたい

「子どもを元気に育てたい」「初めての育児に不安がある」「自然療法で子どもを育てたい」など、子育てを漠然と知りたいというニーズ。最初は皆さん、対象となるお子さんのケアに興味を持ち学習をスタートされる方がほとんどです。中には「子どもにアロマセラピーがしたい」「ベビーマッサージに興味がある」とピンポイントで興味を示されるケースなどもあります。ただし、そのニーズにそのまま答えていたのでは、肝心なチャイルドケアの概念で伝えるいのちのケアはなかなか

伝えることができません。求められるニーズを受け入れたうえでの工夫が必要です。

◎自然療法や家庭教育を具体的に知って、子育てや生活に役立てたい

「ライフスタイルとして取り入れたい」「生活全体を楽しんでいきたい」「迷いや不安のない自信をもった生活を送りたい」など、チャイルドケアの概念を知ると、子どもだけではなく、自分自身が癒されるものであったり、家族のためや生活全体が対象であることがわかります。そうすると、目先の対処療法ではなく、生活そのものへの意識変化になります。対処的に利用していたアロマやハーブを長期的に生活に取り入れ、知識が知恵に変化していきます。意識が変わると、目先の情報よりも自ら考えて行動できるので、自然に自信もついていきます。

◎ビジネスのツールとして利用したい

チャイルドケアには資格制度があるので、「資格が欲しい」「教えることがしたい」「他人に役立てたい」などその資格を利用してビジネスに活かしたいというニーズもあります。本来は教えることを中心に提案した講座ではないので、他の講座と違いマニュアルのようなノウハウがないために、ビジネスツールで使うためには、かなり学習を深めなければ難しいともいえますが、チャイルドケアの学習を必要としている需要はありますので、そこがかみ合えば、自然とビジネスにも広がるものです。それはチャイルドケアに限らず、他の講座や資格でも言えることでしょう。資格を取ったからできるのではなく、資格をとってからの行動がビジネスへとつながっていくのです。ただし、今は学ぶ側の方が多くの情報、知識をもっている場合があるので、継続して自分の知識を深めていくことが必要です。

◎意識向上、自己啓発、能力開発など自分を高めたい

チャイルドケアは「気づき」の講座にもなっています。考え、実践しながらさまざまな「気づき」を得て、チャイルドケアの学習以上にご自身の人生観やライフスタイルを考える方も少なくありません。そのため、もっと自分を高めたい・もっと社会に貢献したい・多くの家庭を幸せにしたいなど、自己実現に向けて学習を深めるニーズもあります。実際に子育てを経て、経験を重ねたことで自信をもち、仲間が増えたこともあり、社会に目を向けてより良く生きようと考えることは珍しいことではないからです。

チャイルドケアに参加される方の目的とは?

「チャイルドケア」に興味を示す方、あるいはこうしたイベントなどに参加する目的も様々です。その目的に見合ったものを考え提案すれば良いのです。もちろん目的は複合している場合もあるので、どれを主軸に置くかで提案方法や内容は変わります。

①情報収集

子育てにおけるさまざまな情報を求め参加されるケースです。子育てに関する最新の情報から、実利的なことをはじめ、育児に役立つ情報から自分の活動に役立つ情報など、ネット検索や情報誌で得られないものを求めています。

講習会

ボランティア講習会にアレンジ

加盟校　鴨下 徳子（東京都小平市）

市内でボランティア活動をされている方々に災害や施設ボランティアなどで活用できる「ふれあいタッチケア」の講習会を企画し、小平市社会福祉協議会主催にて開催しました。

チャイルドケアの内容にある、心に触れるタッチケアは、小さな子どもだけのものではありませんので、それらのお話しや手ぬぐいを使ったタッチケアを体験していただきました。今回の目的は2つあります。1つ目は災害の時だけでなく、ホームケア（介護や家族、お孫さんとの触れ合いなど）として、タッチケアはコミュニケーションツールで活用できること。2つ目は、チャイルドケア活動の輪を広げたいという私の思いを語ることでした。

交流会

自然とふれあい 交流を深める

加盟校　野澤 智恵子
（東京都北区）

チャイルドケアの自主グループ活動のハミングバードの仲間と交流会を企画しました。チャイルドケアの７つのコンセプトにもあります「自然療法から考えるチャイルドケア」を基に、都内の公園散策を企画しました。自然を感じ、植物に触れ、春の日差しの温かさや心地よさを感じることで自然から学ぶチャイルドケアが伝わることを目的としています。このような機会を設けることで、参加される方々との交流も深まり、よりチャイルドケアの輪も広がると思い企画しました。

②コミュニケーション

孤立した子育てをしている人も少なくありません。相談する人が近くにいない、子どもと二人っきりでストレスを発散させる場所がない、子育て仲間がいないなどです。その場合、孤独感からの解消、仲間が欲しい、居場所がほしい、子育てストレスの解消、気分転換などが参加のきっかけになることもあります。

③学習共有と活動への興味

コミュニケーションよりもう少し深く、同じ思いを持っている仲間と学習を共有し、活動をしたいと思い参加する方もいます。受動的な学習ではなく、能動的に行動や活動に向けての学習の仕方を求めている場合です。

タイトルに「チャイルドケア」を必ず入れましょう

学習の中で、アロマやハーブ、マッサージなどを取り入れていますから、これらの内容を実習として取り入れて講座やワークショップをされている方が多いように思います。しかし、せっかくチャイルドケアを学ばれているにも関わらず、その名前を出さずに「子どものアロマ」「ベビーマッサージ」というタイトルになると、「チャイルドケア」とは結びつきにくいものです。また方法を伝えるばかりになれば、伝える側もチャイルドケアの概念への意識が薄らぎます。

チャイルドケアで学習したものをアウトプットするのであれば、タイトルに「チャイルドケア〇〇講座」「チャイルドケア〇〇を作るワークショップ」と入れると「チャイルドケア」という言葉に興味を持ってもらえることでしょう。

「チャイルドケアのベビーマッサージ」というタイトルであれば、対象が赤ちゃんだけのマッサージではなく、ふれあいの大切さを伝えながら、成長してからもできるふれあいを伝えることができます。

7つのコンセプトを伝えること

チャイルドケアでは、「7つのコンセプト」で子育てや生活、さまざまなことを考えていきます。だからアロマの方法やハーブの知識以前に、この７つのコンセプトを理解することが必要です。

例えばアロマを伝える場合、「子どもを取り巻くすべての環境」から考える内容になり、「感性を磨きましょう」から考えればまた内容は変わります。つまり７つのコンセプトで考えて伝えることで「チャイルドケア」になるのです。

「子どものためのアロマ」として、

講 座

対象年齢を問わない ふれあいとタッチを指導

加盟校　前田 智巳（愛知県豊橋市）

チャイルドケアのタッチセラピーは、小さな子どもに限らず、思春期のケアにも対応できるタッチケアです。手技や順番にとらわれず、また年齢も関係なく、「こころとこころ」のふれあいを大事にしていることを学び、感銘を受けたので、これを多くの方に知っていただくために企画しました。

単純に使い方のノウハウだけであれば、人伝えに教わらなくてもできてしまい、それ以上の興味も持たなくなります。チャイルドケアをどう伝えていいのかわからないという方は、もう一度この７つのコンセプトを理解してみましょう。この中には、さまざまな思考、意識、感性で提案できるものがたくさんあります。

チャイルドケアを伝えるさまざまなスタイル

①講座

まとまった知識、技術、専門的な学びに重点を置かれたものです。教育内容の伝達であり、講師が主導権をもって内容を伝えます。チャイルドケアでは、共感することが重要なポイントなので、チャイルドケアを知り、分かってもらうことが目的となります。

②ワークショップ

学習に沿った内容を実習などで具体的に示し、理解を深めるものです。お話ばかりでは飽きるということで、講座の中にワークショップを組み合わせたものが多くなっていますが、あくまでも学習内容を理解し実感するための実習であることです。

そのためワークショップを行う場合には、学習ポイントをきちんと示すことも必要です。

③勉強会

特定のテーマやトピックについて、一緒に学ぶ有志の集いです。目的を明確にしなければ内容が絞られず散漫になってしまうので、テーマを絞って公平に意見交換ができる場にしましょう。共通認識を深め、共通理解を強化する場になります。つまり思いを分かち合う場です。

④交流会

特にテーマを設けずに、自由に会話を楽しみコミュニケーションを図る場です。ここでは出会いの場と考えましょう。住まいが近い、子どもの年齢が同じくらい、興味が似ているなど、他愛ない話から、共通話題がでてコミュニケーションが深まる場になります。

居場所づくり、仲間作り、ストレス発散などを目的にしている人にとっても、きっかけができる場になります。「チャイルドケアの交流会」となれば、おのずとチャイルドケアに興味を持った人が集まります。さまざまなことを大いに語り、傾聴し、笑い、認め合うことができれば、それはチャイルドケアへの実践につながります。

⑤お話会

勉強会よりもフランクで、交流会よりもアットホームな雰囲気で、お話をしたり聞いたりする場です。「今日は子育てストレスについてみんなで話してみましょう」と、ただそれについて話すだけで良いのです。専門知識や情報などはあまり気にせずに、思ったこと、感じたことを話せる場とすることです。経験者からの話を聞くことで、同じ悩みを持っている人であれば励まされたり、それだけで解消されることもあります。そこにハーブティーを取り入れたり、アロマを香らせて、誰かが興味をひけばそれもチャイルドケアを伝えていることになります。説明をしなくても、何かの小さなきっかけや気づきの提案は寄り添うケアになるでしょう。

松本 美佳

交流会＆勉強会

自然を肌で感じる学び

加盟校　山本 美津子
（愛知県春日井市）

チャイルドケア自主グループ活動のハミングバードのメンバーで勉強会を兼ねた交流会を企画しました。自然を肌で感じてもらいたいという思いから、公園で散歩をしながら交流を深め、さらに「自然療法で考えるチャイルドケア」について互いの勉強になればよいと思い企画しました。今回選んだ公園は「鶴舞公園」。明治 42 年に名古屋市が設置した最初の公園で「八幡山古墳」を始め、名古屋市の歴史を感じられる「動物園跡」などもあります。また、公園にはヒマラヤスギやバラ園があり、メンバーの前田さんの指導でこの香りを精油と比べるなどワンポイントレッスンも取り入れました。

知覚動考（ともかくうごこう）
私たちのチャイルドケア

音楽イベントでリラクゼーション提供

イベント

CCI 白岩　暖美さん（埼玉県）

私は、現在加盟校やCCIで作った自主グループのハミングバード関東で活動しています。今回は、そのメンバーの廣川さんと私の二人で、大人と子どもの音楽イベント『Oliver』にリラクゼーションスタッフとして参加しました。人と人、親と子、子と子…コミュニケーションが希薄になっている現代。音楽を通じて触れ合おうと、音楽好きのYukaさんが発起人となり、今回Vol.2となったイベントです。

開催された3月6日の天気は雨のち曇り。春先の寒い日曜日でした。会場となった上野のシェアスペース『いいオフィス』は木を使った机やカウンターの温かい空間です。広くいろいろなジャンルの音楽が流れる空間で子どもたちは自由に遊び、パパとママたちはまわりで歌ったりお話ししたり。かしこまった着席型ではなく体験型の音楽パーティーが始まりました。目の前でのミキシング手さばきを披露してくれたtactさん&mosseさんのDJ。運動不足のパパママもひと汗かいたyottyさんのハッピーエクササイズ。みんなが知っている絵本がそのまま歌になっちゃう、ふじいみのりさんのうたえほん…などなど、ワクワクするプログラムの2時間半でした。

このような楽しい音楽パーティーの中で、私たちはリラクゼーションスタッフとして初参加。今回は同スペースに小さいお子さんがいること、スペース内で食べるという楽しみもあったので、アロマの香りは使わずに基本の「触れる」心地よさを体感していただこうという主旨で取り組みました。ソファーのあるブースをベースに、みなさんがお楽しみのところへ私たちが出向き、頭・耳・肩のマッサージをワンコインにてご提供。

前回はスタッフ1名で対応しきれなかったという話を聞き、今回は2名で固定ブースだけではなく、皆さんのところへ動くという方法も試みました。固定ブースもフリースペースもどちらも最初のお客様が男性だったことにびっくり。パパたちはふだんのお仕事のお疲れや当日の会場までのお子さんの抱っこで肩も背中もコリコリだったのでしょう。そんなパパたちの力が抜けていく様子を見てママたちも順番待ちができるほどに!

イベント終了後、お客様からは「頭や耳など普段触れない部位のマッサージが気持ちいい」とか「リフレッシュできて育児に仕事にがんばれそう」といったうれしい声をいただきました。

Vol.3も企画中とのこと。次回もぜひたくさんの人と音楽と触れ合いたいと思います。

◉Oliverについての問合わせ
music.kids.oliver@gmail.co.jp
Facebook:https://m.facebook.com/music.kids.oliver/

子育てママが参加できるワークショップの開催

ワークショップ

CC 加盟校 齋藤 裕美さん（山形県米沢市）

アロマヒーリングルーム & スクール凛香（Rinka）主宰。
中学３年・小学６年・小学５年の３人の母です。子育てをしながら自宅でJAA の加盟校としてアロマスクール・サロンをして５年が経ちます。さらにこの春CC 加盟校としての活動が加わりました。生徒さんは子育て中のがママ達なので、赤ちゃんと一緒に楽しくレッスンしています。

チャイルドケアを学んだきっかけは長男が風邪をひきやすく、次男は喘息、娘はアトピーと、子供達は体が弱く自然療法で改善してあげたいという思いから学び始めました。今では風邪もひかないほど強くなりました。

さらに、年子だったのでつい下の子ばかりにかかりきりになり、あまり手をかけてあげられなかったせいか次男は甘えることがとても苦手でした。でもタッチケアのおかげで触れ合いの時間がもて、その時間だけは甘えられるようになり、いい関係が築けました。

学びはじめて約10年が経とうとしています。途中、次男の先天性の病気が発覚し、大手術をして何十回と入退院を繰り返し、命の尊さを体験しました。チャイルドケアに出会っていなければ笑顔ではいられなかったかもしれません。次男は自然療法を実践しているおかげか、今では元気一杯です。チャイルドケアには終わりはなく、年代が変わると実践する内容が変わっていくので、子ども達が大きくなってもまだまだこれから実践していく私なりのチャイルドケアも楽しみです。

チャイルドケアを学習して良かったことは、家庭でママが簡単に実践できる内容で、私は年子で悩んでいた時にチャイルドケアを実践して楽しく過ごせたので、私自身気持ちが楽になり、色んなことに「気づく」ことができ、悩みがなくなりました。本当に学んで良かったと思っています。私の周りの方々もほぼ核家族なので、誰からも育児に協力してもらえないと悩んでいます。7つのコンセプトにもある「子どもを取り巻く全ての環境から考える」ことが今の時代必要だなと感じます。

現在、チャイルドケアの活動として、子育て支援センターで、アロマの資格を取得した生徒さんが赤ちゃんを連れてアロマスプレーなどを作る講座をしています。ママが喜ぶ講座を月1～2回支援センターで開講しているので、そのご縁で赤ちゃんを抱っこしながらお母さんのためのハンドマッサージ講座を行いました。とても大好評で再度依頼を受け2回目も行いました。

赤ちゃんを連れてマッサージを受けに行けないママ達は、目をキラキラさせて「癒される～♪」といいながら楽しそうでした。そこで子ども達にもタッチケアなどがいいよ～とチャイルドケアのお話をしながら、チラシなどを配布し、早速2名の受講申し込みを受けました。精油もハーブも売っていない田舎ではまだまだ浸透するのに時間がかかりそうですが、頑張りたいと思います。

レッスン1の実習では白湯を飲んでみて、白湯の奥深さにびっくりする場面もありました。

簡単に生活に活かせるチャイルドケアを、まずは私が発信していき、これからチャイルドケアを伝えていきたいと思います。

コラボ&アレンジ

ホームスクールに取り入れて

CC 加盟校 山下 洋美さん（沖縄県うるま市）

チャイルドケアスクール木蔭～こかげ～主宰。南国うちな～（沖縄）に住み始めて４年。末っ子は８才になり、チャイルドケアとの出会いから８年ほどが経ちました。

４人目の出産は、上の子どもたちを連れての個人病院での受診が難しく、福岡県の助産師さんに頼んで、当時住んでいた山口県で自宅出産しました。子どもの誕生は待ったなしなので立ち止まるわけにもいかず、子どもと二人三脚で、ありえないことの連続が次々と通り過ぎていきました。助産師さんの助言は選ぶ食べ物・食べ方、使う洗剤、心の在り方、そして自然療法との出会いでした。

それまで当たり前に思っていたこと、当たり前に子どものためと思ってしていたことすべてがひっくり返りました。そんな出産準備期間を過ごし、自宅出産という夢の実現をした私は「自分の希望を、願いを、気持ちを持っていてもいいのだ！」と初めて実感したのです。

自然療法でケアすることや、自然素材を選び、自分の感覚が研ぎ澄まされていったことで、眠っていた心が再び生きることをはじめた瞬間でした。

そして、自己流の偏りや不足していることがあるのではと考えていた時に、JASの通信講座を申し込み、そこにあったのがチャイルドケアです。レポートを作成しながらの子育て・親育ての時間は喜びに満ちて、大きな安堵感を覚えたのでした。

そして8年が経ち、子育ても次のステージを迎えています。

「チャイルドケアを伝える言葉が欲しい」そう思い始めた翌年に、CCI講座が通信で受講可能となったのでCCIライセンスを取得、認定加盟校チャイルドケア・スクール『木蔭～こかげ～』を開始しました。実はこの自宅教室はクレイ&アロマ教室としてスタートし、次いでJAA認定加盟校になっているのですが、このたびのCCI取得は私にとって特別な意味があったのと、加盟校としてステップアップしたことを伝えたいために名称を変更しました。

チャイルドケア・スクール『木蔭～こかげ』は、沖縄ホームスクーリング・サポートとしても活動しています。親が子どもを育てること、ケアすることの本質を伝える手段として、方法として、チャイルドケア講座は新しい可能性を見せてくれると信じています。

我が子の不登校を経て、わが家は今、ホームスクールをしているのですが、自分の身体感覚を信じる暮らしは「ありのままの自分でいる」暮らしとなり、自然な流れでもありました。チャイルドケアのコンセプトはそのままホームスクールのあり方とも一致するのです。

子どもが成長する学びの環境は、それを見守り育もうとする大人の心次第です。そのことを学びたいと願う人々の役に立てればうれしいことです。

全国のCC受講生、CCC、CCIの皆さんの知覚動考に励まされています。多くの「子ども」と「かつての子ども」たちが自分らしく生きていく出会いとなりますように。

深イイ話

特別編

巻頭ページでも少しふれていますが、熊本にお住まいの渡邊望さんは、最初の熊本地震の震度７を体験された直後に東京スクーリングに参加するために上京されました。激しい余震が続く中、ご家族やご友人が避難されているなど、受講中も安否を確認するような状況でした。渡邊さんは気丈に冷静にふるまわれていても、東京でも鳴り響く地震速報に不安と焦りがあったことと思います。さらに熊本空港は閉鎖され、復旧見込みが不明だという情報が重なり、不安に追い打ちをかけられました。そんな様子を一緒に参加されていた野澤智恵子さんと朏美幸さんが気遣い、熊本に無事に帰られるまでのサポートを快く引き受けてくださいました。渡邊さんもそんな温かいサポートのおかげで無事に３日後に家路につきましたが、戻られてもご自身も被災者です。それでも、できることを自ら見つけて復興に向けて頑張っています。温かいつながりは、東京と熊本で今でも続いています。そんな思いをお伝えします。

野澤 智恵子さん（東京都）

熊本の地震の影響で渡邊さんがすぐに帰れない状況になっていたことを知り、さぞかし不安だろうと一緒に参加していた朏さんと話してしました。そこでまずスクーリングが終了したあとに、一緒に食事でもしましょうとお誘いしました。熊本空港の復旧の予定が立たない状況だったため、これからどうするかを１週間先の話までしました。

そこで、朏さんと私で話し合い、交代で家に泊まっていただくことにしましたが、二日後には成田から福岡経由で帰れることがわかり、それまで私の家で過ごされました。その後、渡邊さんは何とか熊本まで乗り継ぎで帰ることができ、その後の様子も互いに連絡は続けています。

今回、この件がなかったら、熊本の地震をニュースで知って終わるだけで、こんなにも身近に感じることはなかったと思います。防災意識も高まり、私の家族の協力もあってのことだったので、改めて家族に感謝する気持ちにもなりました。

「できることをする」チャイルドケアで学んだ私たちが実践できたことが励みにもなりました。大きなことはできなくても、目の前にいるひとりの人が元気になって、その人のご家族や友人が元気になれば、良いパワーがつながっていくような気がします。

帰りがけに渡邊さんが「頑張るけん！」と笑顔で手をふった姿がとても印象に残っています。これからも熊本に向けて支援できることをしていきたいと思います。

渡邊　望さん（熊本県）

今回、ふるさと熊本が甚大な被害を受け大変なことになりましたが、温かく迎えていただき、帰ってからのご心配までしていただき、心から感謝しております。今回、何の伝もない私でしたが、チャイルドケアの輪に助けていただき、このご恩を何かの形で返していきたいと思っています。野澤さん、朏さん、チャイルドケア本部、そして松本先生にお気遣いいただきましたこと、本当にうれしく思っています。

野澤さん宅では、ご家族の方にも大変良くしていただきました。帰る際にもたくさんの愛情で励ましてくれました。出かける前にはフラワーエッセンスと浄化のお塩の他に手作りのおにぎりを。お母さまからは、心付けを。そしてご主人さまからは、気分がまぎれるようにと本をいただきました。朏さんや松本先生からもメールをいただき、本当に励まされました。

今回の経験で、「命」「家族」「家庭」「つながり」など本当にチャイルドケアの大切さを改めて感じています。本当にチャイルドケアに助けられています。だから頑張れます。復興までには時間もかかりますが、チャイルドケアの温かい思いをしっかりとこの被災地でもいかし、頑張っていきたいと思います。

「頑張るけん！」

東洋医学と季節……土用・夏

からだと季節の関わりについて、今回は土用（土）と夏（火）についてお話します。

五行説は（木・火・土・金・水）からなります。そして、それぞれに対応する季節があります。前回に引き続き、テキスト67ページの五行の色体表をもとに説明します。

土用（土）

「土用」という季節はあまり耳にしません。しかし、土用の丑（うし）の日にウナギを食べるという習慣は、ご存知でしょう。その土用とは、夏の土用（立秋の前の18日間）の丑の日のことを指します。

しかし、「土用」は夏だけではなく、実は各季節の変わり目にあります。立春・立夏・立秋・立冬の前18日間が土用の期間です。つまり、「土用」とは季節の移り変わりの準備、調整期間のようなものと考えます。

五行説の並びで考えると土（土用）は火（夏）と金（秋）の間にあります。季節を当てはめるとこの場合の土用は、夏の土用（立秋の前）になります。

日本の季節にあてはめると、土は特に湿気の多い時期と関係します。じめじめした時期である木（春）と火（夏）の間の春の土用（立夏の前）、つまり、日本の梅雨と重なります。中国の風土や季節の考えをもとにしているので、日本の季節に当てはまらないこともあります。

土（土用）は五臓・六腑でいうと「脾・胃」。脾と胃は合わせて消化器系の作用を持ちます。消化器系の弱い方は、季節の変わり目である各土用の時期に体調を崩しやすくなります。各季節の移り変わりの時期である土用に養生することで、季節の変化に対応できるようになります。

湿気の多い梅雨時はからだの水分も滞りがちになり、だるさを感じやすく、むくみ・関節痛・喘息・皮膚炎などの症状が悪化する時期です。梅雨に入る前から適度な運動をする習慣を心がけ「水」の巡りを良くして、汗をかく習慣を作りましょう。

夏（火）

夏（火）は五臓六腑でいうと「心（しん）・小腸」に関係します。最も心（しん）が疲れる時期です。さらに体に熱がこもるため、体調を崩すことが増えますから、温度と湿度調整を上手にしましょう。冷房を頑なに嫌う方もいらっしゃいますが、昨今の環境は、部屋にいても熱中症になることがあります。温度や湿度管理、水分補給についての配慮を十分に行ってください。ただし、冷房に頼り、汗をかかない状況が続くと、自律神経が乱れてきます。適度に運動して汗をかくことも必要です。

食事においては、「苦味」のものを摂り入れましょう。苦味を摂取することでからだの熱を冷ましてくれます。夏の暑さに冷えたビールがおいしいのは、苦み成分があるためで、一層おいしく感じるのはそのためです。

また、無意識に冷たい飲み物を多く摂りすぎて胃腸に負担がかかり、夏バテにつながることがあります。白湯などを利用し、胃腸を温めるようにしましょう。

夏は汗をかきますが、汗は心（しん）の液といわれ、心に大きく影響します。汗の元は血液です。心の働きが乱れると動悸・不整脈や不眠、精神不安定などの症状があらわれます。またストレスなどで心に負担がかかり熱がこもると、小腸の機能も衰え消化吸収能力も衰え食欲減退、下痢、嘔吐、血尿、おなかの張り感などの症状が出ます。そのため、汗をかいた後は水分補給を心がけ、脱水に注意する必要があるのです。

東洋医学の心（しん）と西洋医学でいう心臓の考えとは、異なった考えであることは、お分かりいただけたと思います。今夏も猛暑、熱中症、熱帯夜など暑さで体調管理を心配される方も多いと思いますが、日々の予防と、何気ない心がけで対策はできます。どうぞよい夏をお過ごしください。

チャイルドケア監修　松本 安彦

いやしの祭典 2016

全国 10 会場での開催が決定しました！

いやしの祭典では、アロマセラピーをはじめ、ハーブ関連の商品販売、トリートメント、各種体験、フードブースなどをお楽しみいただけます。最寄りの会場にぜひお越しください。

詳細はこちらから http://ur0.pw/tHcY いやしの祭典 2016 検索

※６月中に専用サイトにて全国の各詳細をご紹介します。

NO AROMA,NO LIFE ～香りのない人生なんて！～

入場無料

今年は東京と大阪がメイン会場！

限定商品、ワインや梅酒の試飲、オーガニックフード、音楽、セミナーと盛りだくさん！！

東京

■**日時**／11月19日(土)
11:00～17:00
■**会場**／大崎ブライトコアホール3F

東京会場では、チャイルドケアブースを設置します！有志のCCI&加盟校主宰者を中心に、チャイルドケアのワークショップやタッチケアなどを1コインで提供予定。詳細はチャイルドケアFBや10月発行PeeKaBooにてご紹介します。是非お立ち寄りください♪

大阪

■**日時**／11月3日(祝)
10:00～17:00
■**会場**／OMMビル2階Cホール

札幌 叶えるための第一歩!!

前売りチケット

■**日時**／10月30日(日)
1部10:00～16:00
限定120名／2,000円
2部17:00～19:30
限定50名／3,000円
■**会場**／果実倶楽部818
■**受付**／info@atelier-luce.com　佐藤

旭川 Healthy フードと Beauty アロマ

前売りチケット

■**日時**／10月23日(日)
11:00～16:00
限定50名　2,000円
（ランチ&1ドリンク付）
■**会場**／Food bar　RuKuRu
■**受付**／iyashi@celicaroma.net
青木

松島 宮城 ノスタルジック・アワー ～紡ぐ香り～

■**日時**
11月13日(日)
10:00～16:30
■**会場**
松島センチュリーホテル

横浜 横濱 STYLE —DIVE into AROMA.—

■**日時**
10月15日(土)
11:00～17:00
■**会場**
YCC ヨコハマ創造都市センター

郡上 岐阜 畑と自然で楽しむ五感のフルコース

前売り完売につきキャンセル待ち

■**日時**／9月24日(土)
11:00～15:30
限定30名／前売りチケット6,000円
ペアチケット5,500円×人数分
■**会場**／母袋有機農場&古今伝授の里フィールドミュージアム
■**受付**／JAA　03-5928-3100

金沢 香りで結わう幸せと粋な金沢

■**日時**
9月25日(日)
10:30~16:00
■**会場**
湯涌 創作の森

鹿児島 美・食・香 ～メディカルアロマ～ 鹿児島からはじめの一歩

■**日時**／10月1日(土)
10:30～17:00
■**会場**
㈱TrueBalance
ツミノリー中山スクール

熊本 ハートつながる 食と癒しのコラボフェス

■**日時**／10月2日(日)
10:30～16:00
■**会場**／早川倉庫

お問合せ先／日本アロマコーディネーター協会　03-5928-3100

松本美佳先生・松本安彦先生による

八洲学園大学 eラーニング講座

9月末までオンデマンド視聴で受講が可能!!
アクティブラーニングで、一歩進んだ学習でスキルをあげよう!

去る4月～6月まで開講されていた2016年度のチャイルドケアeラーニング講座のオンデマンド視聴の受講期間が延長されました。受講者の8割がすでにチャイルドケアを受講している方です。eラーニングを受講されたことがきっかけで、CCC、CCIの資格取得を目指される方も増えました。講師の言葉で学習できるのでより学習理解が深まり、目標が明確になります。基礎講座は、通信講座とはまた違った視点から考え深めることができるので、CCIや加盟校の方の学習指導のヒントになることでしょう。

最近の教育の流れでは、アクティブラーニングとして、教育を学習者が受動的に行うだけではなく、能動的に対面・通信・eラーニングなど、さまざまな方法を組み合わせて自ら主体的に学習を深めていくことを進めています。つまり「知覚動考（ともかく動こう）」が学習にも必要になってきています。ぜひさらなる一歩を進んでみませんか?身近な問題を取り上げながら、毎回フレキシブルな内容でご提案しています。今回はオンデマンド視聴になりますが、質問にも対応しています。今年度はこの機会が最後になります。

	基礎講座 受講費／第1～7回　各3,000円　第8回4,000円	応用講座 受講費／第1～8回　各2,000円
1	序章　チャイルドケアの概念	7つのコンセプトⅡ
2	チャイルドケアと自然療法	チャイルドケアと自然療法Ⅱ
3	子どものスキンケアと足の健康	からだの見方
4	子どものためのハーブティー	ホームケアのための自然素材
5	子どものためのアロマセラピー	チャイルドケアのための香り育て
6	子どものためのライフスタイル	子どものためのライフスタイルⅡ
7	チャイルドケアのための東洋医学	チャイルドケアのための東洋医学
8	タッチセラピーとベビー&チャイルドマッサージ	小学生からのタッチ&マッサージ

11月6日　11月20日

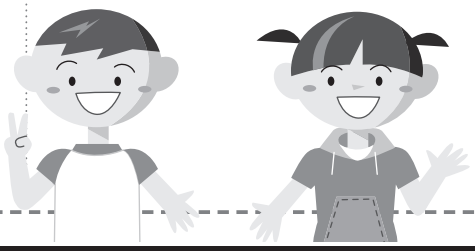
チャイルドケア特別講座……全4回
小学生の心とからだ育て～生活とケアの方法

2013年の公開講座「子どもの成長に合わせた母育て」と応用講座の中の「小学生のタッチ&マッサージ」の内容をさらに深め、今回「小学生」を対象にした心とからだ育てについて、チャイルドケアの概念からお伝えします。実践的なケアの方法もご提案します。日曜日に開講しますので、来校も大歓迎です。

この講座もオンデマンド視聴が可能になります。

◉開講日時
11月6日(日)　11月20日(日)
【前編】13:00～14:30
【後編】15:00～16:30　全4回
◉受講料／各3,000円

単発受講もできますが、全4回で完結する内容になっています。
詳細は下記のサイトをご覧ください。



お申込み&お問い合わせ　八洲学園大学　Tel/045-317-4401　http://www.yashima.ac.jp/univ/extension/

INFOMATION

JAA主催

出展イベントのお知らせ

東京 6月19日(日)

「オレンジリボンフォーラム」に参加します!

●チャイルドケア本部& CC 自主活動グループハミングバード関東

日本アロマコーディネーター協会は、NPO 法人児童虐待防止全国ネットワーク／オレンジリボンに支援団体として登録しています。今年のオレンジリボンフォーラムでは、チャイルドケアの自主活動グループのハミングバード関東の有志の企画と協力をもとにチャイルドケア本部として出展します。近郊の方は、ぜひお立ち寄りください。

※イベントではキッズ写真館やバルーンアート、トークショーなども予定されています。

◆日時／6月19日（日）
12：00～16：30

◆場所／昭和女子大学・学園本部館
（世田谷区三軒茶屋）

◆参加費／無料
※お車、自転車でのご来場はご遠慮ください。

◆主催／児童虐待防止全国ネットワーク
共催／世田谷区、昭和女子大学

◆チャイルドケア本部ブース内容：
タッチケアなどを提供予定

◆詳細はこちらから
http://urO.pw/tH77

熊本 10月2日(日)

JAA いやしの祭典に出展

●チャイルドケアのぞみ

渡邊　望（熊本県）

いやしの祭典／熊本会場に出展します。タッチケアや石けん玉作りを提供予定。最寄りの方は当日会場に、ぜひいらしてください!

また、当日ブースのお手伝いをしてくださる方も募集します。お気軽にお問合せください。

TEL ／ 090-7448-5363
E-mail ／ watanon3@yahoo.co.jp

2016 年度

指導者のためのスキルアップ講習会

東京 9月17日(土)

【チャイルドケア】を普及していくためには、チャイルドケアの概念を正しく理解し、一般の方への普及だけではなく、現存の会員のスキルを挙げていくこともまた必要になります。CCI、加盟校の方のご要望もあり、今回、CCI、加盟校の方向けに指導スキルをご提案する講習会を開講することにいたしました。少人数で、対面しながら指導者同士の意見交換なども含めたワークショップも取り入れた内容になります。より実践的に考え行動できるような内容となりますので、積極的にご参加ください。6名まで限定となりますので、お早めにお申し込みください。東京のみの開催となります。CCIは、通信講座で学習し、資格を取得することができます。CCIは、CCの概念を理解し、CCを指導するための基礎知識を取得し、指導することが認められている資格です。指導者として時代の変化に合わせた子育てや生活をサポートできるようスキルアップを提案していきます。

◆日時／9月17日(土)
13:00～15:30

◆受講料／7,000円(資料代込み)

◆対象／CCI以上
（現在CCIの学習をされている方も可）

◆会場／東京･池袋

スクーリング、講習会のお申し込みについて　お申し込みは開催２週間前までお願いします。

●お名前と受講番号（もしくは会員番号）をご用意の上、お電話にてお申し込みください。
TEL：03-5928-3100

●受講費用は、お申し込み当日もしくは翌日までに下記指定銀行口座のいずれかにご送金ください。お振り込みの際には、お名前の前に必ず数字の「2」（判別NO）をお書き添えください。

●キャンセルは、その開催日の1週間前（土日祝を除く）までとさせていただきます。開催日1週間以内のキャンセルの場合はご返金はできませんので予めご了承ください。

●開催日当日のお申し込みはできません。

●参加者が開催人数に満たない場合には、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、お早めにお申し込みください。

お振込先

■三菱東京 UFJ 銀行／池袋東口支店　普通 1920305　■ゆうちょ銀行／ 00170-4-122869
■名義／日本アロマコーディネーター協会

会員サポート講座

CC 加盟校による会員サポート講座のお知らせ

チャイルドケアの 7 つのコンセプトを深めよう!

現在、加盟校ではチャイルドケアの基礎知識として、興味を持っていただいた方ならどなたでも受講いただけるよう「基礎編」として開催しています。チャイルドケアを知らない方、学び始めた方におすすめの内容です。通信講座ではわかりにくいところも、学習意図や目的が明確になるので、学習のモチベーションもあがります。お近くにお住まいの方はぜひ足を運んでみてはいかがでしょう?
なお、ご遠方の方でも、松本美佳先生の八洲学園大学eラーニングで受講することが可能です。この内容は、基礎講座の第1回目「序章 チャイルドケアの概念」になります。(詳細P12)

◆対象者・受講料／チャイルドケア講座受講生・JAA会員・JAS生　3,000円／一般　4,000円

おひさまのたね

野澤 智恵子(東京・北区)

チャイルドケアを知っていただくことで、生活をより愉しめるきっかけを提案したいと思います。お子様連れの受講も可能です。お気軽にお問合せください。

◆日時／7月11日(月)／8月8日(月)／9月23日(金)
10:00〜12:00
◆連絡先
Tel／090-9803-8878
ohisamahuman@yahoo.co.jp

アロマハーブスクール&エステサロンサシェ

鴨下 徳子(東京・小平市)

受講生から「癒されるサロンの雰囲気と、先生の丁寧な教え方で講座の学びを深めることができました♪」と喜ばれています。(ブログで講座の様子をご覧いただけます)まずは、チャイルドケアを知ってみませんか?お待ちしています。

◆日時／7月18日(月・祝)
8月11日(木・祝)／9月19日(月・祝)
10月10日(月・祝)
10:00〜12:00
◆場所／東京都小平市
◆連絡先
電話またはHPメールよりお申込みください。
Tel／090-8514-2604
HP／http://sachet-school.com/
http://ameblo.jp/sacht20080420/

アロマケアスクール Mommy

前田 智巳(愛知県・豊橋市)

チャイルドケアの考えは思春期の子ども達にも役立ちます。子育てやご家族のためにチャイルドケアを生活の中にとりいれてみませんか。ハーブティーを飲みながらのティータイムもあります。また、お子様と一緒に受講も可能です。

◆日時／6月29日(水)／7月22日(金)
9月6日(火)
10:30〜12:30
◆場所／愛知県豊橋市
◆連絡先
Tel／080-1616-0895
http://www.mommy-aromacare.com
HPよりお申し込み可能です。

RITY ROSE 〜aromama〜

武部 みき(大阪府・大阪市)

私もチャイルドケアを学び、子育て、家族のために役立てています。『子育て』って楽しいと思えるヒント(気づき)がたくさんあると思います。お子様連れでも受講していただけます。
ご興味がある方は、お気軽にお問い合わせください。

◆日時／ご相談ください
◆場所／大阪府大阪市
◆連絡先
Tel／090-7100-6325
rityrosearomama@gmail.com

INFOMATION

会員サポート講座

愛知県豊橋市
8月2日(火)

チャイルドケアのタッチセラピー
ふれあいのタッチを学ぼう

チャイルドケアはベビー&チャイルドに限らず年代を超えて行えるケアです。その中でも「ふれること」への大切な考え方や方法を学んでいきます。チャイルドケアの7つの基本コンセプトにある「ふれあいとタッチ」は、手技や順番にこだわらない「ふれあいのタッチ」「こころにふれるケア」が重要なポイントです。具体的にどのようなものか、体験してみませんか?
初めての方やチャイルドケアを学ばれた方、受講中の方もご参加いただけます。

◆講師
アロマケアスクールMommy主宰
前田 智巳
◆日時／8月2日(火)
10:30〜12:30
◆参加費／3,500円
◆連絡先
TEL／080-1616-0895
http://www.mommy-aromacare.com
*HPよりお申込み可能です

自主活動グループ

ハミングバードからのお知らせ

ハミングバード東海
交流会&勉強会

昨年と同じ11月11日に、ハミングバード東海の交流会&勉強会を開催致します。春の勉強会に引き続き、公園にて「自然療法から考えるチャイルドケア」を肌で感じて行こうと思います。お子様連れでの参加も可能です。一緒に学んでみませんか。
◆日時／11月11日(金) 11:00〜13:30
◆場所／鶴舞公園
◆参加費／500円(+ランチ代)
◆連絡先
●ふぅ〜たんぽぽの里　山本 美津子
TEL／090-3162-3663
E-mail／angel.smiling0107@gmail.com
●アロマケアスクールMommy　前田 智巳
TEL／080-1616-0895
http://www.mommy-aromacare.com

ハミングバード関東
仲間募集

ハミングバード関東では、一緒に活動する仲間を募集します。現在、定期的に勉強会を開き、グループワーク等で学びを深めたり、季節を取り入れたイベントを企画したり、地域のイベントのお手伝い等を行い、積極的に学習を深め、それを伝えて行く活動をしています。
その活動のひとつとして、今回ハミングバード関東の有志でオレンジリボンフォーラムに参加することとなりました。このオレンジリボンフォーラムの様に、仲間と一緒に学んだ事を生かして活動できる機会も増えてきております。チャイルドケアを勉強中の方、資格を持っている方であれば、どなたでもご参加いただけます。一緒に活動して行きましょう。
◆連絡先／E-mail／hummingbirdkantou@gmail.com
●おひさまのたね　野澤智恵子
●CCI 脳 みさち

★ CC 自主活動グループは、CCI 以上の会員の方がリーダーであれば、どなたでも自由に発足させ活動することができます。グループの目的、活動主旨を本部までお知らせください。内容によっては活動告知などのサポートを行っています。ただし、CC の概念と異なる活動の場合にはチャイルドケアという言葉を使うことは控えてください。

スタッフおすすめ
エコライフ

neobaby

株式会社ネオナチュラル

赤ちゃん～敏感肌まで使える国産オーガニックコスメです。岐阜県の有機JAS認定自社農場で獲れたハーブを配合した、「neobaby」は赤ちゃんとお母さん、敏感肌の女性でもお使いいただけます。この機会に試してみませんか?

◉５種ミニセット
ベビーオイル、ママオイル、石けん、ベビーソープ&シャンプー、ベビーローション

6月30日までの限定販売！

通常価格1,800円→**特別価格500円**（送料無料）

限定販売のご確認・お申し込みは下記URLより
http://www.neo-natural.com/fs/life/c/jaa1605

TEL／0120-885-602　URL:http://www.neo-natural.com/

加盟校
主宰者様へ

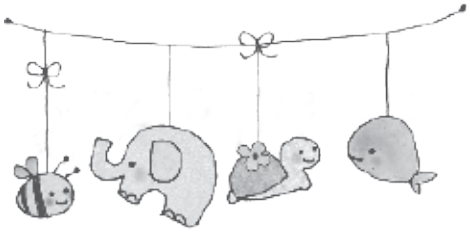
2016年９月

チャイルドケア・コーディネーターライセンス認定試験　実施要項

通学講座：受験手続きの流れ

◆**試験日**／9月25日(日)
◆**受験資格**／9月23日(金)現在、協会が指定する各スクールの所定のカリキュラムを修了し、修了証書を有している者
◆**試験形式**
理論試験(記述･選択)90分
小論文60分
◆**受験料**／10,800円(税込み)
◆**受験願書の提出期間**
7月25日(月)～8月26日(金)(必着)

※認定試験の合格発表は10月上旬、MC会員登録手続きの期限は11月末、登録者へのライセンス証等発送は12月下旬です。
※ホームスタディ講座の受講生は別規定となります。



会員更新案内郵送対応の変更に関するお知らせ

この度、会費のご請求に関わるサービスの見直しを行い、2016年10月ご請求額より、従来の更新案内の郵送に代えて、JAA公式サイトにてご自身の会費振り替え予定(日程･金額)をご確認いただけるようになります。詳細は本紙同封のご案内をご覧ください。

Congratulations

今後の更なるご活躍を心よりお祈りしています

2016.2/1～2016.5/15付け

＊チャイルドケア･インストラクター合格者の皆さん（敬略称４名）
山下洋美／齋藤裕美／朏美幸／鳥居直子

＊チャイルドケア･コーディネーター合格者の皆さん（敬略称９名）
礒玲子／吉田美乃里／孟詩帆／川崎絵里／妹尾淳子／小俣麻衣子／名取真希／佐々木理沙／大森春佳

MC会員の更新手続き

右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会員の更新が必要です。（更新手続き書類７月上旬郵送）更新をされない方は、次号より本誌ピーカーブー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／15CCD103／15CCD104／15CCD105
（最初の５桁）
AW15-7／AX15-8／CC15-5
CC15-6／CC15-7／CC15-8

原稿募集！ 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?

日本アロマコーディネーター協会　チャイルドケア本部
〒171-0022　東京都豊島区南池袋1-25-9 今井ビル5F　TEL/03-5928-3100　FAX/03-5928-3500
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