

# 寝床の 安心感

先日聞いたラオス人の「あるある」話です。日本で行われた、とある研修会に参加された女性の話ですが、そこにラオス人の男性も参加されていました。研修会は数日間あるものだったようですが、始まってから数日経ったころ、お願いがあるとされたそうです。「何もしないし、体に絶対に触れることなどしないので、部屋で一緒に寝てほしい」という唐突なお願いでした。もちろん女性は、異性で知り合って間もないことから、当然断ったのですが、そのラオス人の男性は落胆し、日に日に不健康になっていったそうです。

その後理由を聞いてわかったのですが、ラオス人は生まれた時から大家族の中で暮らしているのです、一人でいることにとっても恐怖心をもつということ。またラオスでは、一人で寝ると精霊が来るという迷信があり、一人で寝ることはしないそうです。そのため、不慣れた海外で、一人部屋で生活することはとても恐怖で勉強どころではなく、不眠症になってしまったのです。この話は、ラオス人を知っている方には「あるある」話だそうです。だから「ラオス人の方に会ったら、変な意味はないので、一緒に寝てあげてね」

と、微笑ましいお話をうかがいました。

この話を聞いて私は、ラオス人の家庭は家族が多くて、家族一人一人を感じながら生活をしているんだと、ラオスの家庭愛を感じました。

日本はどうでしょう？昔は日本も家族で「雑魚寝」、親子で「川の字」で寝ることが普通でした。最近の住宅事情は、小さい時から子ども部屋が与えられ、夫婦の寝室は別室ということも増えています。もちろん自立を促すために別室にするということもありますが、住居事情が豊かに変化したことで、あえて隔て、個々の時間や行動を尊重するという流れがあるからでしょう。個を尊重するがゆえに、家族という「全体」「和」というのは築きにくなっているのかもしれない。

「雑魚寝」や「川の字」も減れば、当然「添い寝」も減っています。ある調査で中学生の子どもにアンケートをしたときに、子ども時代に添い寝をしてもらった記憶がないという答えがありました。

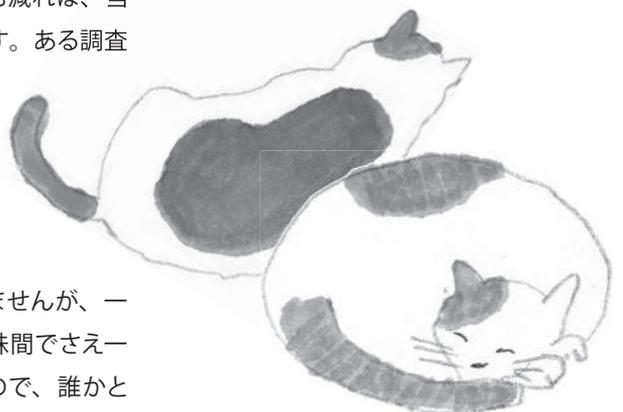
もちろん多いわけではありませんが、一人っ子であったり、兄弟姉妹間でさえ一緒に寝ることもなくなったので、誰かと

一緒に寝るとい習慣がないのです。逆に、他人がいると眠れない等という声も上がっています。ラオスの例とは正反対です。睡眠は、時間や質を問われますが、どのように寝ているのか、誰と寝ているのかも、大きく影響しています。

睡眠は、ただ疲れをとるためのものではありません。無防備な状況下で、いかに信頼のおけるところで、安心して身をゆだねることができるかを、睡眠中に体で感じているものです。寝ていても私たちには感覚があります。触れていなくても感じる空気感や存在感、そこに向けた信頼感。これらは目覚めたときにとっても重要なかもしれません。こうした、「眠る場所」「一緒に寝ている人」との信頼と安心感は、目覚めたときにも大きく影響しているはずですよ。

私は、子どもが成人しているので、さすがに一緒に寝ることはありませんが、現在は16歳になる老犬と添い寝しています。愛犬の深い寝息が聞こえるととても安心します。私が夢でうなされていると、愛犬は心配そうにペロッと鼻先をなめて起こしてくれます。そしてまた安心して眠ることができます。そばで命の温かさを感じて眠ることができる安心感は、ケアにもつながるように思います。

チャイルドケア本部講師 松本 美佳



# チャイルドケアの ベビータッチケア 講習会レポート



去る6月に、東京と大阪で「ベビータッチケア」講習会を開催しました。今回は実践的な内容で、レジメ付きで修了証が出ることもあり、受講者数も大いに増えましたが、それ以上に反響がありましたので、その内容の一部を解説し、実際に受講された皆さんの反応をお伝えします。

チャイルドケア本部講師  
松本 美佳

## 対象となるベビーの設定

今回の講習会は入門講座として、ねんね～おすわりのできるベビーを対象にしました。ハイハイが始まると、じっとしていることができない子も出てきます。それは成長の段階では当たり前のことですから、その場合に無理して寝かせて行うことはしません。慣れてくれば、赤ちゃんも落ち着いて寝ている状態をキープできますが、基本的には動くことの方が当たり前だと思っていいでしょう。講座を開講すると、赤ちゃんが動いてしまい、できなくて困ったということはよくあります。ねんねやおすわりの段階では、行う側が優位に立てるので、受ける側も指導する側も比較的安定しているこの時期を設定しました。1歳児だとしても、その成長の差は大きいです。2カ月で首もすわらない子も、11カ月で歩き始める子も、同じ1歳でくっってしまうのは無理があります。そのため対象は発達状況で分けています。

## 実践+指導者ガイドの講習会

また今回は2部構成で設定しました。第1部では実際

の講習会の様子を想定し、レジメに沿って、座学と触れ方についての内容でまとめ、第2部では実際にレジメを使って、指導者としてアプローチする内容にしました。

2部に分けた理由は、チャイルドケアの学習をしても、実際にどのように提案して良いのかわからないという声があったことです。実際のテキストをコピーして、ベビーマッサージ講座を行うことは違法になります。だから、共通した配布資料を提案し、誰もが学べる形を一つ提案したいと思いました。

赤ちゃんに触れることの大切さをどなたにでも知ってもらうことがもう少し手軽にできること、そして、チャイルドケアとして共通認識でガイドしてもらうことが必要だと考えました。

それは、チャイルドケアのタッチを深めることにもつながります。最終的にチャイルドケアのタッチを理解することは、言葉だけではなかなか難しいと思います。わかっているようで、実際は皆さんノウハウを求めます。ベビーマッサージを求めてくる人に対して、求める声ばかり聞いてしまうので、「手法」「順番」などが知りたくなるのです。それは流れや形であって、チャイルドケアを理解していることではありません。それを指導する人がわかっていなければ、タッチケアを広げることは難しくな



ります。しかし、会報誌やスクーリングでその話をしても、わかっているようで具体的にはわかっていないのです。

だからまず、ごく普通の「ベビーマッサージ」

を体験してもらい、次にタッチケアを伝えることで、より内容の深さを体験してもらおうと思いました。そのためには指導する方のためにも、ノウハウ以上にその気づきが必要になります。気づきがあればそれは伝えられるようになり、老若男女問わない命のケアがチャイルドケアであることに自然につながります。そういう流れに誘導することが必要でした。

## ベビータッチという言葉について

当初、講習会の告知では一般的に認知されている「ベビーマッサージ」という言葉を使いました。「ベビマ」と短縮しても通じるほど認知されていますが、本来は「マッサージ」という言葉は、ご存知の通り国家資格をもっているマッサージ師が扱える技術のことです。マッサージ師の資格を有さないものは使えない言葉です。もちろんチャイルドケアのテキストでも「マッサージ」という言葉を使っていますが、作った当初よりも認識や使い方が変化しているということと、SNSなどの情報の普及で、言葉をデリケートに捉えないといけないと感じていました。実際、ベビーマッサージを本来のマッサージという手技で行うことはありませんから、誤解もされます。マッサージという言葉がついているから、手技にこだわることもあるでしょう。まずそこから気持ちを切り替えて、ベビーに触れることが必要だと思いました。だから講習会ではその説明とともに、チャイルドケアでは「タッチ」と表現していくことをお伝えしました。言葉を切り替えるだけでも、行動が変わるものです。

「ベビーマッサージじゃない、

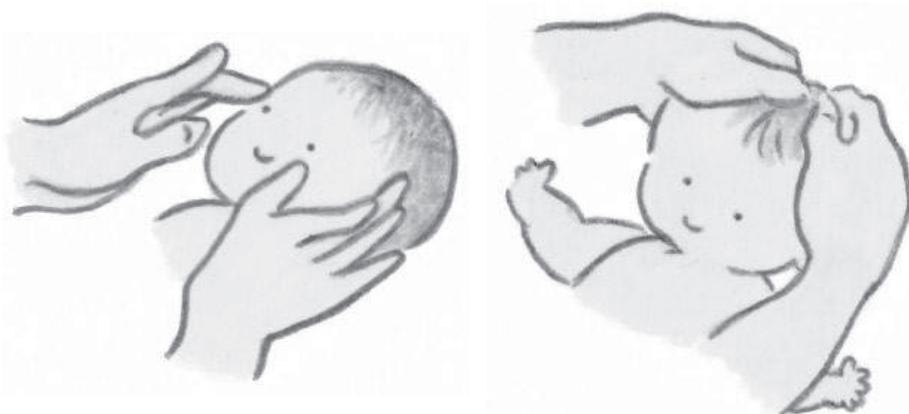
タッチなんだ」と切り替えただけで、受講者の皆さんの触れ方も少しずつ変わりました。『タッチ』、シンプルですがとても深い言葉に皆さん自身の意識も変わったのが、会場の雰囲気からもわかりました。

## タッチケアの目的

チャイルドケアのタッチケアですから、何をいかに大切にするかというと、「7つのコンセプト」です。以下の7つに即したタッチになっていることです。物理的な刺激だけではありません。環境にタッチしているか、自然を感じているか、感性は意識しているか、言葉がけはできているか、命に触れる意識をもっているか、こういう意識をもつことでタッチは様々なところからアプローチできるのです。

- 子どもを取り巻くすべての環境から考える
- 自然療法から考えるチャイルドケア
- 育児と同じように育母していきましょう
- 感性を磨きましょう
- 言葉の大切さを知る
- ふれあいとタッチ
- 「いのち」と「いきる」を考えて伝えていきましょう

この7つのコンセプトの理解がなければ、深い「タッチ」の意味合いがつかめないでしょう。わかっていないと「ベビーマッサージはリンパの流れをよくする」「ベビーマッサージは成長を促す」という説明的な解釈になります。タッチケアの本質はそこではありません。もちろん本講座のテキストにも書いてありますが、理屈的な説明にすぎません。大人の手で小さなからだを撫でれば、すぐ



イラスト/いとうようこ

に全身を刺激しますから、わざわざリンパだけの流れなどを目的にしなくても十分な刺激です。リンパの流れは目に見えるものではありませんから、実はわかっているようでわからないことです。表現や伝え方は、実際テキストに書いてあることと異なっても良いと思います。その方が実践的で伝わります。私自身は、『タッチ』にはもっと深く、普遍的な、人間の癒される原点があると感じています。そしてそこから広がる可能性をたくさん経験してきました。だからこそ、7つのコンセプトからまず「タッチ」を考えることが大切でした。考えるだけでも視野が広がり「ケア」の幅広い在り方を認識されることでしょう。そして、それは「心」をつなぎ、「愛」にふれるのです。

### 愛することは触れること、 触れることで愛を学ぶ

赤ちゃんをタッチする目的を皆さんに問いかけると「赤ちゃんに元気に育ってほしいから」「赤ちゃんとのスキンシップを図りたいから」「赤ちゃんに何かしてあげたいから」と赤ちゃんのためにしてあげたいという方がほとんどです。もちろんそれも合っています。でも本当はそれだけでしょか？

「愛」で満たされた赤ちゃんの存在は、実は私たちがたくさん愛をもらっています。赤ちゃんに触れることで、



私たちは赤ちゃんから愛を学び、そして赤ちゃんを幸せにしたい、守ってあげたいと強くなるのです。赤ちゃんに触れることが、私たちのセラピーになっています。つまり相互関係をしっかり作ることで、愛情や責任に気づき、赤ちゃんのために強くなるのです。そうやって親になり、周りも赤ちゃんを守ろうという気持ちになるのです。赤ちゃんの存在に感謝し、その生命力に触れ、私たちは愛もパワーももらいます。赤ちゃんのいる環境を愛あるものにしていくために赤ちゃんから教えられ、幸福を感じ、赤ちゃんを守るためにいろいろ考え、大人として行動できるようになり、社会にも良い変化が出てくると思います。そうした環境が赤ちゃんを安心させ、健やかに育つのだと思います。つまり、愛が循環することがベビータッチのいちばんの効果です。

手技手法にこだわっていたら、赤ちゃんを物質としてとらえてしまうでしょう。だから手技手法、順番や理屈にこだわるのです。赤ちゃんそのもののエネルギーを感じ、そこにタッチするだけのこと。誰もができることです。難しく伝える必要はありません。愛を感じていれば、強い刺激も小手先の手技も無用です。

### チャイルドケアの 3つのテクニック

チャイルドケアには、3つのテクニックが必要だと伝えていきます。

- ①温める(保護)
- ②なでる(愛でる)
- ③ほぐす(ゆるめる)

講習会では、実際にどのようなことを意味しているのかを改めて理解してもらいました。ガイドブックにも掲載



しています。私たちの日常の何気ない動作の中で行っていることです。その「想い」は心が体を動かし、技術以上の「タッチ」となっていくます。

## チャイルドケアのタッチケア

いかがでしたか？今回は講習会の内容の一部を解説しました。チャイルドケアのタッチケアは、いわゆる「ベビマ」とは視点が異なることはわかりましたね。もちろん

通常通りの触れ方や刺激の仕方も提案していますが、参加された方がこの講座を通して何を学んだかを感じ取ることが、もう一つの指導者の役割でもあります。今回は「入門編」として、基礎的なことと、刺激が最も穏やかで軽いことを前提とした内容です。これはタッチの基本となるものですから、当然成長した子どもにも大人にも、愛犬や愛猫にも、観葉植物にも利用できます。ここを基本に、少しずつタッチを深めることをまた展開したいと思います。

### 受講者の声

6/3 東京会場

## 山形から参加しました

CC受講生 長澤 弥生さん(山形県東置賜郡)

私は山形県高島町で助産師として病院勤務をしています。町の母子包括支援事業に携わり、ママパパ学級や新生児家庭訪問でお母さんと赤ちゃんの保健指導や、産前産後のケアを行っています。

以前からマタニティアロマやチャイルドケアに興味があり、アロマコーディネーターの資格をいただいた時に、お母さんや赤ちゃんにも何か提供できるケアはないかと思っていました。そんな時、米沢市にCC加盟校「アロマヒーリングルーム&スクール 凜香」があることを知り、現在通学でチャイルドケアを勉強中です。

今回、JAA会報誌「Column香羅夢」でベビータッチケア講習会の企画をみて、直接松本先生に教えていただくいい

機会だと思い、参加しました。

当日は、先生の講義だけではなくグループの実技もあり、大変楽しく有意義な時間でした。ベビータッチケアを通して、全ての子どもたちが周りの人たちに慈しまれながら育ていけることを学びました。お母さんを褒めてあげること、共に赤ちゃんの誕生を喜びあうことは、母親としての自信にもつながっていきます。育児・育母とお互いにパワーをもらいながら、元気に生きていけることは、本当に素晴らしいことだと思いました。

松本先生の笑顔をいただいて、これからもお母さんたちによりよい支援ができるよう、頑張っていきたいと思います。



6/17 大阪会場

## チャイルドケア講座に申し込みました

CC受講生 合田 早悠里さん(香川県観音寺市)

出産を機にチャイルドケアに興味を持ち始めましたが、当時は受講を迷っていました。ただ、アロマやエステをしていたので子どもに何かしてあげたいな、現在ベビー関係の仕事に就いているので、何か活かせることができたらなと思っており、そんなときにベビータッチケアの講習会の案内を読み、修了証がもらえるという内容だったので参加しました。

女子会のような楽しい雰囲気の中行われた講習会では、育児をしながら育母をしていくこと、便利さに依存してしまい、人との繋がりや自然にふれる機会が減ってきていること、いのちの尊さや愛おしさ、生命力の凄さや素晴らしさなどのお話がありました。普段漠然と思っていることではありましたが、言葉で聴くことによって改めて気づくことができた内

容でした。

そして、講師の松本美佳先生の経験談をふまえてのお話しにとっても感動し、チャイルドケア講座を学ぶことで子どもとのふれあいがより楽しめそうに感じ、チャイルドケアの本講座

を受講することに決めました。

これから楽しみながらチャイルドケアを学んでいき、日々の生活にどんどん取り入れて、より育児を楽しんでいきたいと思えます。



## ベビータッチケア講座を開催しました

CCI 下井 由美子さん(大阪府藤井寺市)

今回、久しぶりに松本美佳先生の講習会が大阪で開講され、大きな学びとなっただけでなく、チャイルドケアの仲間と顔を合わせることができたのも嬉しかったです。松本先生から直接指導いただいたタッチケアは「愛」そのものでした。

実は、この講座の次の日に早速レジメを使用し、「チャイルドケアのベビータッチケア入門講座 ねんね～おすわり編」を開催しました。タッチケアの目的としてベビームーンを感じて楽しむことで安心感や信頼感が生まれること、そして「みる」「きく」をたくさん行うことや、肌感覚の育成で心身の成長をサポートするというのをいねいにお伝えしました。とくに「みる」「きく」は、小学校低学年の私の息子にもまだまだ

必要なことだと思っています。赤ちゃんのうちはまだ体調が悪い時に気づきにくいことが多々あると思われる。実際、私自身が幼児期に、ただの風邪だと思っていたら生死にかかわる事態になっていたことがあります。

こうしてベビータッチケアの時間を作って、お母さんと赤ちゃんが触れ合い、毎日の変化に気づくことはこの時期とくに大切です。

その時の受講者さんの感想文です。  
『先日はありがとうございました。ベビーマッサージと違って、タッチケアは赤ちゃんに触れながら、いつも気が付かないところに気がついたり、じっくり子どもの状態を感じられたなと思いました。』

この言葉に私自身が勇気づけられ、自信を持つこともできました。継続していきたいと思えます。



## チャイルドケアの日を作りました!

毎月1回の開催予定で、チャイルドケアの日を作ることになりました。まずは10月に、藤井寺の古民家カフェ楽時屋さんにて開催します。

今回のテーマは、チャイルドケアの7つのコンセプトの1つ、「ふれあいとタッチ」です。チャイルドといってもお子さまだけのケアではありません。一緒に考えていくのがチャイルドケアです。今回の対

象年齢は0歳～2歳のお子さんとその保護者の方ですが、今後、いろんな企画を考えています。

### ◆チャイルドケアのタッチケア

- タッチケア対象年齢 / 0歳～2歳のお子さんと保護者の方
- 絵本の読み聞かせ有り
- ♥ 新田先生の手作りパン付き



- ♥ 場所 / 楽時屋さん  
(藤井寺駅から徒歩4分ほど)
- ♥ 日時 / 10月6日(金)  
11:00～12:00
- ♥ 持ち物 / 手ぬぐい、バスタオル、飲み物、替えのオムツ
- ♥ 費用 / 700円
- ♥ お問い合わせ / 090-4829-5096

# ともかくうごこう 知覚動考

私たちのチャイルドケア

## eラーニング学習で 学びを深め、目指すはCCI

CCC 宮崎 茜さん (和歌山県有田郡)

小3と保育所年長の男児2人の母です。大学卒業後、13年間幼稚園教諭として勤務し、長男の育児休暇中にCCIを取得しました。現在は子育てを中心に生活、CCI取得に向け勉強中です。

10年程前、幼稚園教諭として働き、仕事の悩みや、子どもをなかなか授からず、ストレスを抱えていました。そんなときアロマで癒され、アロマコーディネーターの勉強を始めたときに知ったのが、チャイルドケアでした。視野が広がり、普段の保育の中で感じていることを、少し違う視点から勉強できるのではないかと思い、受講しました。まもなくして長男を授かり、長男の成長と共に、穏やかな気持ちで楽しく学習を進めました。

長男はアトピー体質、次男は食物アレルギーがあり、チャイルドケアでずいぶん助けられています。自然のものを多く口にしてきた次男は、ハーブティーを好み、ベビーマッサージが大好きだった長男は、疲れたとき「触ってー」とせがみます。講座にもあった便での健康チェックは、子どもたちにも身につけていて、毎日「ちょっと柔らかい。お肉食べ過ぎたかも。今日

は野菜多めにしてー」などは、自分たちなりに気をつけています。また、旬のものを見つけては喜んで食べたり、ハーブを自分で育てたりして楽しんでいます。

でも、何よりも大きな学びは、何事も白黒はっきりつけたい、早く結果を出したいという私が、子育てはあいまいなことがあってもよく、少しずつ時間をかけてゆっくりとやっていけばいい、失敗しても大丈夫、という気持ちもてるようになったことです。子どもたちが抱えるアトピーやアレルギーも、症状がひどいときは、つい早く治すことだけに目がいきがちですが、そうではなく、生活全体を見直して、体や心のバランスを調えることを大事に、気長に付き合っていこうと思えています。

次男の育児休暇後、仕事復帰し、園児の姿を園だけでなく、家庭やその周りの環境から捉える中で、やはり家庭がいちばん大事で、保護者への支援が必要だと改めて実感しました。

自分自身、めまぐるしい毎日、忙しさにかまけて、よくないとわかっていても便利なものに頼ったり、我が子とふれあう時間を後回しにし、チャイルドケアの生活から遠ざかっていました。もう一度自分が大切にしたいことを見直したい、またできれば、子育てに悩むお母さん方へ少しでも



楽になるよう、チャイルドケアを伝えていけたら、という思いが強くなりCCIを目指すことにしました。

学習を進める上で、自分で考え、試し、継続することが苦手なので、自分の考えに不安を感じることもありました。そんな中、eラーニングを受講することで、テキストだけでは汲み取れていなかった、松本先生の思いや情熱、考え、細かなニュアンスなどがわかり、現実の自分の問題として様々なことを落とし込むことができました。不安だった自分のチャイルドケアへの思いを、お話を聞いていくうちに、しっかりと刻んでいけたように思います。

現在は仕事を辞め、今しかない子どもとの時間を大事にしながら、学習を深めているところです。今後はCCIを取得し、少しずつ地域にチャイルドケアを広めていく活動ができたらと思っています。



# 私の保育観と7つのコンセプト

CC 加盟校 大橋 茂美さん（滋賀県近江八幡市）

幼保一元化のこども園で、特別支援加配・保育教諭として働いています。  
孫のような子ども達に囲まれ、毎日奮闘中です。

8年前、チャイルドケアという言葉の響きに惹かれ、ホームワーク講座を進めていくうちに、子育てに悩み抜いた頃を思い出し、あの頃の息子と私を繋いでいたものがチャイルドケアであったことに気づかされました。私の子育ては一段落ついていたのですが、スクーリングに参加させていただくうちに、松本先生のチャイルドケアという命の伝え方に共感し、今日に至ります。

現在、私は縁あって認定こども園で働いています。こどもが100人いれば100通りの子育てがあるとわかっているつもりでしたが、実際は100通り以上あり、その複雑なこと、どうしたら良いのか自問することもしばしばです。そんな時はチャイルドケアの基本・7つのコンセプトを思い出し、初心にかえり自分をリセットします。この7つのコンセプトは各々が連動し相乗効果があり、私の保育観となっています。



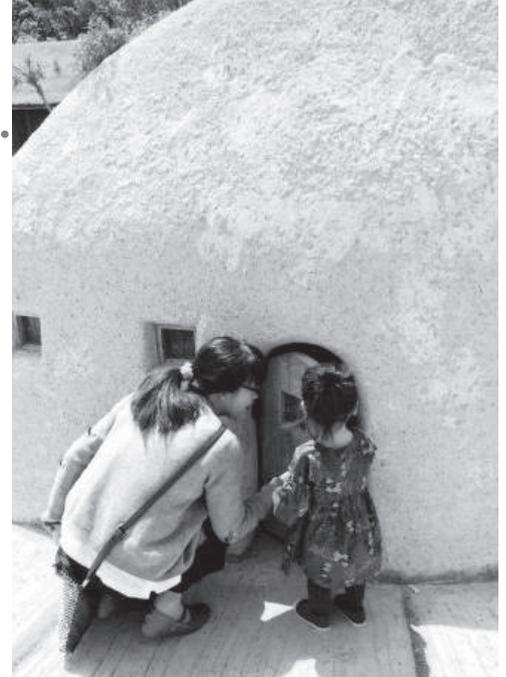
25年程前、私が子育てしていた頃とは世の中が大きく変化し、親の姿・こどもの姿も多様化していることに戸惑いを感じています。特にストレスを抱えているお母さんの多いことが気になります。

A君のお母さんもその一人です。出会った頃はA君もお母さんも無表情であいさつさえ安易ではありませんでした。A君と一対一で向き合い、ふれあいとタッチを繰り返すことで信頼関係が構築され、お互いにアイコンタクトができるようになりました。その頃、やっとお母さんにも笑顔が出てきました。少しずつではありますが、お母さんの心にもタッチできたようで嬉しかったのを覚えています。

それからA君の可愛いところはもちろん、「こんなことできた、すごいよ!」と我が孫を自慢するようにお母さんに話すと、進んで家庭での話をしてくれるようになりました。そして、お母さんの毎日の頑張りに共感しエールをおくと笑顔が多くなり、改めて言葉の大切さを感じました。

会話を重ねる中で、核家族で近くに相談する人もなく、うまくいかない子育てにご自身を責めていたことを知り、「辛かったね」と二人で涙した日もあります。その時、お母さんの力になるには、A君を取り巻くすべての環境から考えることが重要であり、環境を周知しなければ意味がないことにも気づきました。

ある日、いつものように外遊びを楽し



んでいると、A君がタンポポに興味を持ちました。「タンポポ可愛いね」と私が1輪摘むと、「もっと摘んでいい?」と目で聞いてくるので、「お母さんにプレゼントしよう」と誘うと、5輪摘んで降園時に手渡しました(A君は数語しか発しません)。お母さんは大喜びでA君を抱きしめていました。後日、アジサイや姫ひまわりを数本とオアシスを準備すると、実に見事に生け花アレンジにしてみました。すごい感性です。A君はこうしてお母さんの心を愛でいっぱいになりました。このことで、育児と同じように育母していくってこういうことなんだと実感しました。最近では、Aが生まれてきてくれて良かった、私の子だから強いなど、愛情を表現されるようになりました。命と生きることを考えていてねいに関わってきた甲斐があったと思います。A君とお母さんと私のチャイルドケアは始まったばかりです。明日もA君の未知なる可能性にワクワクしたいと思います。



# 命の輝きに寄りそい、 人生豊かに

CC 加盟校 心結～ここゆい～

鳥居 直子さん (埼玉県羽生市)

看護師勤務の傍ら、埼玉県羽生市にて「心結～ここゆい～」主宰。JAA 加盟校としての活動のほか、保育園の支援センターや保健センター、社会福祉協議会などで講師活動中。

私には中学生、小学5年生、4歳の娘がいます。三女を妊娠するまで、私は子どものためと思い、自然の中で過ごすことも意識していましたが、早期教育をしたり、情報に振り回されていました。

そのような中、同居していた実父が末期癌になり、最期まで家族で過ごすことが一番の幸せと、本人、家族の共通の思いから在宅での介護が始まりました。3ヵ月と短い時間ではありましたが、多くの方の協力を得ながら介護と子育てをする中で、父の人生を振り返り、自分の子育てに疑問を感じるようになりました。

私が看護師という職業のため、人の最期の場面に関わることもあり、人の一生は儚いからこそ、大切に生きたいものだと心底感じました。父が亡くなった後は、家庭の中にぽっかりと穴が空いたような感覚があり、ふと、もう一人子どもを授かりたいと思いました。ありがたいことに三女を授かり、妊娠10ヵ月の時に松本先生のブログに偶然出会い、7つのコンセプトを知り、心が震えるのを感じました。

レッスンの内容は、子どもとしっかり向き合い、ていねいに関わることでできるので、それまで分からなかった私の観察の目や心や感性が育ち、子どもの視点にたった、寄り添うケアができるようになってきました。言葉には出さない子どもの心の

声が聴こえてくるようになると、心に余裕が出てきて、子育てに自信がついた上、子どもも生き生き、伸び伸びと満足している様子がかがえました。

実は、次女が小学2年生の3学期、登校拒否になったことがあります。多くの方の助けと、チャイルドケアの学びに助けられました。当時、娘の体はとても固くなっていて、心と体は繋がっていることをこの時実感しました。しかし、撫でることで体が柔らかくなり、心も緊張が取れてきて、娘は心の声を出せるようになりました。娘の心に寄り添い、移り変わる心の変化を感じながらケアをしていきました。次女が先日、人権の作文でその当時のことを振り返り、私や多くの方に助けられたから今があり、感謝していると話しました。乗り越えられたのは、本人の力なので、自信を持って良いことを伝え、娘の目が輝きました。

三女が1歳になった頃、保育園の支援センターで講師をすることになりました。支援センターに来られるお母さんたちの悩む姿を見て、情報に翻弄されず、感性を磨いて、楽しく自信を持って子育てができるように少しでもお手伝

いができればと更に学びたい気持ちになり、CCIの資格を取得しました。保健センターや社会福祉協議会などで講師を務めるようになり、資格を取得したいと相談を受け、加盟校になることを決めました。

以前から気になっていた7つのコンセプトの一つである、「言葉の大切さを知る」ですが、只今実感中です。言葉は励ますこともできますが、武器にもなります。「口は災いのもと」と言いますが、トラブルを恐れて話さなくなるのではなく、人も自分も心地よくなる美しい言葉で気持ちを伝えられるようにしたいものです。新聞で紹介されていた詩集の本を読んで、言葉の深さに感動しました。

チャイルドケアの学びを通して、人生が豊かになりました。生き方も考えも皆それぞれ、一人一人に寄り添い、命の輝きを共に過ごせる人でありたいと思います。



# ハミングバード 大人の遠足開催レポート

CCI 上田 聖子さん (東京都江戸川区)

9月6日(水)ハミングバード関東の秋のイベントとして、「大人の遠足～夢の島熱帯植物館」を企画しました。夢の島は東京・江東区にあり、公園やマリナーもあり、緑に囲まれてゆったりくつろぐことのできる空間です。植物館の大温室はエキゾチックな風景が広がり、外には蓮の池やハーブ園もあります。

今回は「植物と人のつながり」をテーマに、熱帯植物たちが生きるためのさまざまな知恵や、清掃工場の余熱を利用した植物館の環境などをお伝えしました。当日はあいにくのお天気でしたが過ごしやすかったです。ご参加いただいた皆さま、遠方からもお越しいただきありがとうございました。

私たちの生活は植物と共にあります。植物は酸素を作り、さまざまな形で私たちの衣食住を支えています。私は、日頃よりこの植物館のガ

イドボランティアをしながら、チャイルドケアに通じていることがたくさんあると感じていたので、その想いを今回は形にしました。

熱帯植物たちの生きる知恵や工夫とは、例えばつる性や着生、シダの胞子や熱帯植物によく見られる苞について、その中でも特にモンステラのアポトーシス(細胞死)のお話は皆さんがとても感心されたようで、チャイルドケ



アを学んでいるからこそ感じたことだと思います。

私自身も改めて勉強になり、とても有意義で楽しい時間でした。これからもチャイルドケアと共に植物の素晴らしさを伝えていきたいと思います。ありがとうございました。





# 東洋医学と季節…冬

## 冬・「腎」の働きと調整

東洋医学では、「冬」は五行では「水」に属し、五臓では「腎」、六腑では「膀胱」に属します。(テキストP67「五行の色体表」参照)

五臓の中でも「腎」は特に重要とされます。「腎」は生命力、活力の源です。西洋医学の腎臓の働きとは考え方が少し違います。「腎」は人の成長、発育におおきく関わり、泌尿器系、生殖器系、自律神経系、免疫系などの働きを含んでいます。骨や脳にも関係します。「腎」の大きな働きとしては以下になります。

### ・水液代謝を調節する

肺や脾と協調して水液の代謝を行います。「腎」の機能が低下すると浮腫や排尿に関わる症状が起こります。

### ・呼吸のバランスを保つ

呼吸の際、吸気を補助して深く吸いこませ、呼吸のバランスを保つ納気<sup>のうき</sup>という作用があります。東洋医学的には呼吸は肺と「腎」によりバランスを保っていると考えます。「腎」の機能が落ちると深く息を吸い込むことが難しくなり、咳<sup>せ</sup>嗽<sup>き</sup>・喘息・呼吸困難などが起こります。

### ・精を貯蔵する。

「腎」に貯蔵された精を腎精と言います。精には「先天の精(両親から受け継いだ物質)」と「後天の精(飲食物から後天的に得られる物質)」があり、精は人体の構成や生命活動を維持する最も基本的な物質(エネルギー)です。「先天の精」は年齢とともに減っていきます。20代がピークとも言われます。従って、呼吸や食事によりしっかりと「後天の精」を補充することです。

ちなみに「肝腎要<sup>かんじんかなめ</sup>」とは、とても大切

なことを言い表すときに使いますが、それほど重要だということです。

## 「腎」の不調による症状

「腎」の働きが弱くなることを、東洋医学的には「腎虚<sup>じんきょ</sup>」と言いますが、「腎虚」になると下記のような症状が現れます。

足腰が弱くなる／足のむくみ／腰痛／生理不順／不妊／精力の減退／精神不安／いつも疲れていて、だるい／尿の減少や頻尿など排尿に関わる症状が現れる／耳が遠くなる、耳鳴り、難聴／健忘／認知症／骨や歯が弱くなる／白髪や脱毛が多くなる

これらの症状は、いわゆる老化現象です。さらに「腎」の機能低下は他の臓腑にも影響しています。「腎」の機能を保つことは、老化防止にもつながります。最近では、若いうちから腎が弱まっている方も多いようです。年齢とともにさらに悪化していくこととなれば心身への影響は大きくなる一方です。早めに気づき、日々の中で整えていく必要があります。

## 「腎虚」の原因

「腎」の働きが弱くなると出る「腎虚」の原因は、以下の通りと考えられます。生理的な現象もありますが、日々の生活で十分補い整えることができます。疲労／加齢／生まれつき「先天の精」の不足／冷え／ストレス／食事の不摂生／不規則な生活習慣

## 冬の養生

冬の季節の特徴は、気温が下がり、冷えやすい状態が起こりやすく、「腎」の負担が大きく機能が衰えやすくなりま

す。そこで、「腎」に対する養生法は、まずは睡眠をしっかり取ることです。

次に、腹式呼吸で納気機能を高めましょう。深い呼吸は全身の気を巡らせるだけではなく、精神的に安定します。

そして冷えから守ることです。冬の「寒邪」により風邪<sup>かぜ</sup>をひきやすくなり、関節の痛みなどを起こしやすくなります。単に厚着をして冷えから守るということではありません。適度に体を動かし、血流を促進させ、代謝を高めて体を温めないといけません。このとき激しい運動などでエネルギーの消耗することは避けましょう。

運動というと、しっかりやらないと効果が上がらないと考えている方もいますが、冬は生命エネルギーを蓄える時期のため、そのエネルギーを使いすぎてしまうと負担がかかります。

## 冬の食養

冬の食養には、基本的な食事に加えて下記の食材を摂ると良いでしょう。黒大豆／黒ゴマ／ひじき／昆布／黒きくらげ／山芋／里芋／しょうが／かぶ／ネギ／玉ねぎ／かぼちゃ／ニンジン／ニラなど

上記にある黒い食材は、「腎」に力をつけてくれる(補腎)働きがあるとされています。塩辛いものも「腎」を養うとされています。ただし、塩分の摂りすぎには注意が必要です。

2017年の秋の土用は10月20日～11月6日になります。(丑<sup>うし</sup>の日は10月29日)

冬に向けて体調管理に特に気をつける期間です。冬が来る前の今が準備のときです。

チャイルドケア監修 松本 安彦

# 松本美佳先生による 八洲学園大学 eラーニング チャイルドケア 関連の講座他

★年内のチャイルドケアeラーニング<基礎><応用>講座は、オンデマンドも含めすべて終了しました。次回は来春の開講予定です。内容等は少し変わります。何でも深めることができる内容になる予定です。日程が決まり次第、八洲学園大学公開講座、チャイルドケア研究所のホームページでアップしていきます。また次号PKBでご案内します。

12月  
13日

1月  
17日

2月  
14日

## チャイルドケア 特別企画

オンデマンド  
受講可

### 思春期の心とからだのケア ～チャイルドケアから考える

今回は、思春期の子どもたちの心とからだのケアを、チャイルドケアの「7つのコンセプト」からどのように捉え、考えていくのかを全3回で深めていきます。単発受講もできますが、全3回の流れを通して提案します。

	日程	時間	内容
1	12月13日	90分 13:30～15:00	思春期 前期 子どもの心とからだと親の在り方～子どもを取り巻くすべての環境から考える／自然療法から考えるチャイルドケア／感性を磨きましょう～
2	1月17日	90分 13:30～15:00	思春期 中期～後期 子どもの心とからだと親の在り方～育児と同じように育児していきましょう／言葉の大切さを知る～
3	2月14日	90分 13:30～15:00	思春期の子どものケア ～ふれあいとタッチ／「いのち」と「生きる」ことを考えて伝えていきましょう～

●受講料／各回3,000円

●受講条件／チャイルドケアにご興味のある方はどなたでも受講できます

が、チャイルドケアの7つのコンセプト\*  
についてあらかじめ知識があることで、  
より学習を深めることができます。

\*CC加盟校主催スクーリング基礎編または、  
下記に記載の1月27日開催「家族と自分のためのチャイルドケア～7つのコンセプト～」

1月  
27日

### 家族と自分のためのチャイルドケア ～7つのコンセプト～

オンデマンド  
受講可

チャイルドケアを開講して、通信講座では18年目となりました。しかし、いまだにチャイルドケアは、小さな子どものケアだと認識されている現状があります。

そこで、「チャイルドケア」の紹介講座を企画しました。7つのコンセプトの考えをとおしたチャイルドケアの概念をお伝えします。初めての方はもちろん、受講

されている方にとってもチャイルドケアの認識が深まる内容です。

●受講料／4,000円

●受講条件／どなたでも

八洲学園大学 公開講座 <http://www.yashima.ac.jp/univ/extension/>

お申込み・お問い合わせ

オンデマンド受講とは、ネット環境を通じた動画配信による受講です。受講期間中であれば何時でも何回でも視聴できるシステムをご利用ください。受講期間中の質問も受け付けています。

八洲学園大学 Tel/045-317-4401

チャイルドケア  
研究所より  
お知らせ

## チャイルドケアフラワーエッセンス

基礎講座  
スタート!

チャイルドケア研究所(CC研究所)は、講師である松本美佳が、チャイルドケアの学習者を中心に、更なるチャイルドケアの可能性や広がりを図ることを目的に立ち上げました。CC研究所では、学習をさらに深める講座を展開していきます。

その第一弾として、チャイルドケアフラワーエッセンス(CCFE講座)の基礎講座を開講します。チャイルドケアの概念の中でどのようにフラワーエッセンスを捉え、生活に利用していくのかを、共通認識で学習したCCFEリーダーによる対面講座を中心に展開します。フラワーエッセンスは、テキストで紹介していますが、正式にチャイル

ドケアとして提案するのは初めてとなります。チャイルドケアを深める学習にもつながります。対面が難しい方には、松本美佳によるスカイプ講座も開講予定です。詳細はチャイルドケア研究所のホームページまたはFacebookでご確認ください。

チャイルドケア研究所 <https://cckenkyujo.jimdo.com/>

# INFORMATION

JAA主催

2部構成に分け 横浜にて追加開催決定!

2月24日

チャイルドケアのタッチケア講座

## A ベビータッチケア入門講座 ねんね～おすわり編

自宅で自分の子どもに行ってみたい、お友達と一緒にベビータッチケアを行いたい、ベビーサークルで提案したいなど、タッチケアを楽しむきっかけとしてください。

◆日時/2月24日(土)

13:15～14:45(90分程度)

◆会場/横浜 八洲学園大学  
◆持ち物/手拭い、フェイスタオル、バスタオル

◆内容/チャイルドケアのタッチケアの目的、ベビータッチケアの流れと注意など

※赤ちゃん同伴はできません。

◆受講料/MC会員・チャイルドケア受講生 2,500円/JAA会員 3,000円/一般 3,500円

P15及び、チャイルドケアHPの新着情報NEWS TOPICSにて、Aの内容を開催する加盟校をご紹介します。ぜひご覧ください。

チャイルドケアのタッチケア講習会

## B ベビータッチケア入門講座を開講しよう! 修了証付き ねんね～おすわり編

Aを受講後、ベビータッチケア入門講座を開催するためのポイントを、実践的にお伝えします。手技の細かい手順指導ではなく、入門編としてチャイルドケアで何を提案すべきなのか、どのような方法で行うのかなどを学びます。受講者へのアドバイス、質問への対応など、すぐにご自分のレッスンにも取り入れることができます。

※Bには、Aの内容が含まれます。

※参加後、レジメをコピーして「チャイルドケアのベビータッチケア入門講座 ねんね～おすわり編」を開催できます。(JAAクレジット入り)

◆日時/2月24日(土)

13:15～16:45

◆会場/横浜 八洲学園大学

◆内容/講師の心構え、講座の流れと指導ポイント

◆受講料/MC会員 7,000円/チャイルドケア受講生 9,000円

※JAA会員または一般の方は、チャイルドケア講座への受講申し込み後に参加が可能になります。

## 指導者のためのスキルアップ講習会

7名限定

11月11日

【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、加盟校の方向けに、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ます。より実践

的に考え行動できる内容となりますので、積極的にご参加ください。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。

※学習テーマは参加者のご要望をもとに決定します。参加希望の方は、学びを深めたい内容をリクエストください。

◆日時/11月11日(土)

13:00～15:30

◆受講料/7,000円

◆対象/CCI以上

(現在CCIの学習をされている方も可)

◆会場/東京・今井ビル5階

(池袋駅東口徒歩5分)

## チャイルドケア加盟校指導者講習会

12月9日

加盟校開講に必須の講習会です。ご希望の方は加盟校登録をお済ませの上、講習会にお申込みください。加盟校主宰者様の復習にもおすすめです

・CC講座の指導のポイント

・主宰者としての心構え

・質疑応答

◆日時/12月9日(土)

12:00～17:00

◆会場/東京・今井ビル5階  
(池袋東口徒歩5分)

◆対象者/CC加盟校登録者

◆受講料/初参加 10,800円  
復習受講 5,400円

JAA 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週間前までをお願いします。

お電話にてお申し込みください。TEL:03-5928-3100

お振込先

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週間以内の場合は参加費用のご返金はできませんので予めご了承ください。

■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

# INFORMATION

会員サポート講座

## チャイルドケアの7つのコンセプトを深めよう!

加盟校主催スクーリング

基礎編

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か。  
基礎編の内容だけでなく、学習するうえでさまざまな情報を発信されています。

◆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

アロマヒーリング&スクール

凛香 (Rinka)

❖齋藤 裕美

- 日時／ご相談ください。お子さん同伴可。
- 場所／山形県米沢市
- 連絡先／TEL:080-1822-5481  
E-mail:aromarinka1207@gmail.com  
http://aromarinka.com/

アロマスクール

La.fleur (ラフルール)

❖金田 弘子

- 日時／ご相談ください。お子さん同伴可。
- 場所／山形県長井市
- 連絡先／TEL:070-4394-9420  
E-mail:la-fleur@t-knd.com

心結〜ここゆい〜

❖鳥居 直子

- 日時／ご相談ください。お子さん同伴可。
- 場所／埼玉県羽生市
- 連絡先／TEL:080-1069-4170  
E-mail:rose\_pink\_ao\_lover@yahoo.co.jp  
ブログ:http://ameblo.jp/koco888/

チャイルドケア 葉から芽 (Hakarame)

❖近藤 優子

- 日時／ご相談ください。お子さん同伴可。
- 場所／千葉県千葉市
- 連絡先／TEL:043-256-0436  
E-mail:yukono0904@ybb.ne.jp  
http://www.geocities.jp/hakarame\_child/

さくらいろ

❖普代 加奈

- 日時／ご相談ください。お子さん同伴可。
- 場所／東京都青梅市
- 連絡先／TEL:0428-27-3491  
E-mail:sakurairocare@yahoo.co.jp

おひさまのたね

❖野澤 智恵子

- 日時／11月6日(月)／12月6日(水) いずれも10:00~12:00
- 場所／東京都北区
- 連絡先／TEL:090-9803-8878  
E-mail:ohisamahuman@yahoo.co.jp  
ブログ:http://ameblo.jp/ohisama-nikori/

アロマハーブスクール&エステサロン

サシェ

❖鴨下 徳子

- 日時／10:00~12:00  
※平日土日祝日可能。お時間ご相談ください。
- 場所／東京都小平市
- 連絡先／TEL:090-8514-2604  
http://sachet-school.com/  
ブログ:http://ameblo.jp/sacht20080420/

チャイルドケアスクール りんでん

❖拙 みさち

- 日時／ご相談ください。
- 場所／西武多摩川線多磨駅周辺
- 連絡先／TEL:080-5463-4009(9時~18時)  
E-mail:me.sun.sea@ezweb.ne.jp

アロマケアスクール Mommy

❖前田 智巳

- 日時／11月2日(木)／2018年1月23日(火) いずれも10:30~12:30
- 場所／愛知県豊橋市
- 連絡先／TEL:080-1616-0895  
http://www.mommy-aromacare.com

RITY ROSE~aromama~

❖武部 みき

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

アロマ・クレイ・チャイルドケア

Apple leaf (アップルリーフ)

❖川崎 絵里

- 日時／ご相談ください。
- 場所／石川県金沢市
- 連絡先／TEL:090-4688-3906  
E-mail:appleleaf2015@gmail.com  
ブログ:http://ameblo.jp/appleleaf-aromalife/

チャイルドケアのぞみ

❖渡邊 望

- 日時／ご相談ください
- 場所／ご依頼先に訪問します。
- 連絡先／TEL:090-7448-5363  
E-mail:watanon3@yahoo.co.jp  
ブログ:http://watanon3.blog130.fc2.com/

チャイルドケアスクール

木蔭〜こかげ〜

❖山下 洋美

- 日時／平日土日祝日の対応可能(午後スタート)
- 場所／沖縄県うるま市
- 連絡先／TEL:070-4399-3089  
E-mail:yajirobee.374@gmail.com  
http://homeschool905.wixsite.com/clay-aroma



●松本美佳先生によるインターネット配信での基礎編は、次開講時期は来春となりますが、1月開講の単発講座は、チャイルドケアのご紹介講座になります。P12参照

## チャイルドケアのタッチセラピー

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「ふれる事」への大切な考え方や方法を学びます。手技や順番にこだわらない「ふれあいのタッチ」「ここにふれるケア」を一緒に学んでみませんか。初めての方やチャイルドケアを学ばれた方、受講中の方も参加できます。



### 愛知県豊橋市

- ◆日時／2017年12月5日(火)  
2018年3月30日(金)
- ①ベビータッチケア入門講座  
ねんね～おすわり編 10:30～12:00
- ②ふれあいのタッチを学ぼう  
13:30～15:30
- ◆参加費  
①ベビータッチケア2,500円  
②タッチケア3,500円
- ◆講師／アロマケアスクールMommy  
前田智巳
- ◆連絡先／TEL:080-1616-0895  
<http://www.mommy-aromacare.com>

### 東京都北区赤羽

- ①ベビータッチケア入門講座  
ねんね～おすわり編
- ◆日時／11月22日(水)10:30～12:00
- ②ここにふれるタッチケア
- ◆日時／12月13日(水)10:00～11:30
- ◆参加費／①②各2,500円
- ◆講師／おひさまのたね 野澤智恵子
- ◆連絡先／TEL:090-9803-8878  
E-mail:ohisamahuman@yahoo.co.jp  
詳細は上記までご連絡お待ちしております。



## 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

毎回、「感性を磨きましょう」を意識しながら、自然と触れ合い散策したり、学びを共有しています。初夏に開催した交流会で、鶴舞公園で見つけた「ヒマラヤスギ」は、冬が近づいてくると球果(松かさ)が開き、球果の鱗片が落ちてきます。それが「シダーローズ」と言われているものです。今度は、それを一緒に拾いに行きませんか?

- ◆日時／11月30日(木)11:00～13:30  
(雨天決行)
- ◆場所／鶴舞公園
- ◆参加費／500円(+ランチ代)
- ◆連絡先／

- ふう～たんぼぼの里 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>

### ハミングバード合同企画

松本美佳先生によるワークショップ&講座  
『言葉』を上手に使ってケアしよう!!

チャイルドケアのコンセプトの中から「言葉のケア」として座学とワークショップでご提案します。言葉によるコミュニケーションが低下していることで、実は私たちの心身のダ

メージにもなっています。そこで、「言葉の大切さ」の理解を深めてみませんか? ご自身のケア、人間関係のケアにつながります。チャイルドケアが初めての方もすでに学習を深めている人のためにもすぐに役立つ内容です。特に今回の内容はテキスト、カリキュラムにはない内容ですから、資格取得者のスキルアップにもおすすめです。

- ◆日時／11月23日(木・祝)  
第1部10:00～12:00  
第2部13:00～15:00
- ◆場所／名古屋国鉄会館 会議室(竹)
- ◆講師／JAAチャイルドケア講師 松本美佳
- ◆詳細／お申し込みはこちらから。  
<http://mommy-aromacare.com/recommend/childcare/2243>

## ＊ いやしの祭典 in 大阪 チャイルドケアブース出展

毎年60以上の出展ブースやセミナー、ワークショップなど、様々な楽しみ方ができる「いやしの祭典」。

CCI、加盟校有志による企画・協力のもと、

大阪開催では初めてとなる、チャイルドケアブースを出展します!親子で楽しめるタッチケアやクラフト作成をお楽しみください!

- ◆日時／10月22日(日)10:00～16:30
- ◆会場／OMMビル2F  
(地下鉄谷町線/京阪天満橋駅直結)

[https://www.jaa-aroma.or.jp/iys\\_2017/osaka.html](https://www.jaa-aroma.or.jp/iys_2017/osaka.html)

# INFORMATION

酸度0.09%

オリーブジャパン  
2017  
金賞受賞



JAA ショップサイトカマイルドクラブからのお知らせ

## カシータス・デ・ウアルド エキストラバージン オリーブオイル

### 子どもから始める、本物の味わい カマイルドクラブ 検索

カシータスは、子どもたちの健康な未来を願って<食育>のためにつくられた、オリーブ  
大国スペインならではのオリーブオイルです。

その味は、エキストラバージン特有の辛味、  
苦味、青味、甘みが絶妙に調和されています。  
直接口にすると、この可愛らしいボトルから想像  
しにくいちょっとピクリの後味ですが、お料理  
にかけたり混ぜ合わせることで、それらの辛味

や苦味が旨味に変化します。

子どものためだけでなく、ご家族で美味し  
くお使いいただける、本物のエキストラバージ  
ンオリーブオイルです。

- 250ml 定価 1,900円(税別)
- 25ml 定価 200円(税別)
- 25ml×5本セット 定価 1,000円(税別)
- 産地/スペイントledo県

### 25mlをMC会員10名様に抽選でプレゼント!

マルシェでも完売のプチボトル、お試しに最適です。

◆応募方法/件名に「カシータスプレゼント応募」と記載のうえ、  
下記メールアドレスに必須情報を送信ください。

guide@jaa-aroma.or.jp

◆必須情報/お名前、ご住所、電話番号

◆締め切り/2017年10月31日(火)24:00受付分まで

### ◆松本美佳先生推奨◆

食育に必要なのは、まずは、新鮮な食材とその素材を引  
き立てるシンプルな調味料だと思います。塩と上質な  
オイルがあれば、添加物の入っている調味料は不要  
です。カシータスオリーブオイルは、「子どもから始める  
本物の味わい」というキャッチフレーズがあります。子  
どもが手に取りたくなるようなかわいいボトルデザインも洒  
落が利いていますね。もちろん私も使っています。



加盟校  
主宰者様へ

## 2018年1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

### 通学講座：受験手続きの流れ

- ◆試験日/2018年1月28日(日)
- ◆受験資格/2018年1月26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  
11月27日(月)~12月29日(金)必着  
※認定試験の合格発表は2月上旬、MC会員登録手続きの  
期限は3月末、登録者へのライセンス証等発送は4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。



チャイルドケア  
HPを  
リニューアル  
しました!

<http://www.childcare-jp.com/>  
カテゴリ別に見やすくリニューアルしました。  
最新の情報をトピックスにアップしていきます  
ので、定期的に関覧ください。

Congratulations

今後の更なるご活躍を心より  
お祈りしています

\*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7名)

大森彩子/原島真理/山田雅美/木村千恵/飯島郁子  
谷口智子/井本沙織

2017.6/1 ~ 2017.9/15付

### 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  
です。(更新手続き書類11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

16CCD104 / 16CCD105  
(最初の5桁)  
AR16-X / AR16-Y  
CC16-9 / CC16-X  
CC16-Y / CC16-Z

原稿募集! 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