

PEE KA BOO

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 No.51



新協会
立ち上げ
準備号

2019.2.10

CONTENTS



いのちの テーマ チャイルドケア

- P02 チャイルドケアとは? vol.1 チャイルドケア本部講師 松本 美佳
P03 素敵なあの人が「みる・きく」を学ぶ
特集1 池川クリニック院長 池川 明
特集2 たむそん自然農園 園長 田村 吾郎
..... 助産師 松尾 祐希
..... ペットアロマウェルビーイング協会代表 すとう えり
..... 自然療法治療室 松本鍼灸接骨院院長 松本 安彦
P14 MEMBER'S COLUMN CCI:上田 聖子/CC加盟校:中村 統子
P16 WEBサービス開始のお知らせ チャイルドケア本部
P18 東洋医学「五行色体表」 自然療法治療室 松本鍼灸接骨院院長 松本 安彦
P19 いやしの祭典報告 CC加盟校:志甫 和江/武部 美樹
P20 受講生の声 CC受講生:谷口 紋子
P21 Childcare Life CC加盟校:萱原 恵子/山田 未沙紀/CCC:中山 聡子
P22 イベント紹介 チャイルドケア本部
P23 INFORMATION

「チャイルドケアとは？」vol.1

——いのちの根源に思いを寄せる

「チャイルドケア」は、自然療法と家庭教育を取り入れた、子育てや生活、生き方のQOLを向上させるためのケアです。そして、『チャイルド』は小さな子どものことだけを指すのではなく、すべてのいのちの総称とし、そして、そのすべてのいのちのケアを考え調和を図ることにあります。

目先の不調や病を取り除くことが目的ではありません。西洋医学を否定しているわけではありませんが、「病気ではない」ということばかりにとらわれて、せっかくの自然療法の知恵も対処療法でとらえ、視野が狭くなり、精神的に不自由な思いをしている人もいます。

本来の健康の在り方は、医療に限定されずに幅広い分野で考え、それぞれの調和のとれた生活に取り組むことにあると思います。そこで家庭において、健康な生活を送るためにどのような視野を持ち、どのような考えをもって実践するかを一人ひとりが考えていくためにチャイルドケアを作りました。

子どもの誕生は、私たちにとって「いのち」を考える機会になります。子どものためにできることを考えるのは親、大人としての当然の思いです。でも子ども中心に考えるだけでは、目先のことしか見えなくなり、病気のとらえ方と同じで不調やトラブルが起こったときに急に慌ててしまうのです。

チャイルドケアの7つのコンセプトの一つに「子どもを取り巻くすべてのことから考えてみる」と挙げました。例えば、無意識に吸っている空気存在もまた子どもを取り巻くもののひとつです。空気に必要な酸素は、植物の光合成によって生まれるということは小学校の教科書で習いま

した。では、その植物はいつ誕生したかなどと掘り下げていくと、地球の誕生までさかのぼることになります。

地球は、46億年前に誕生しました。その頃はまだ酸素はなく、実際に生命が進化始めるために必要とされた酸素は、約23億年前に氷河期が終わって温暖化が進み、爆発的に起きた光合成によって供給されたと研究発表されています。

これをきっかけに多くの生命が誕生することになったといわれています。そして今と同じ酸素量になったのは、そのずっと後の5億年前なので人間という生命体が生きるために必要な酸素量になるには、40億年もかかっているのです。さらに私たち人間の誕生は、それよりもずっと後の、今から200万年前。地球の歴史から考えれば私たち人間はまだまだ新参者です。

無意識に吸っている空気は、目に見えるものではありませんが、壮大な年月をかけて存在していると思うと感動的です。そして私たちは皆、地球を「母」とする生命体だということを実感します。植物は母である地球が与えてくれた「愛」です。なぜ植物が大切なのかということは、理屈ではなくわかります。そしてさまざまないのちが還元し、私たちは生きているのです。

「いのち」「生きる」を考えることは、日常的に自然や地球やあらゆる生命を意識するだけで、調和を図ることにつながります。それはいのちを活性させる「生活」すべてだといえます。「チャイルドケア」は、いのちの根源に思いを寄せ、「いのちのケア」を追求していきたいと思います。

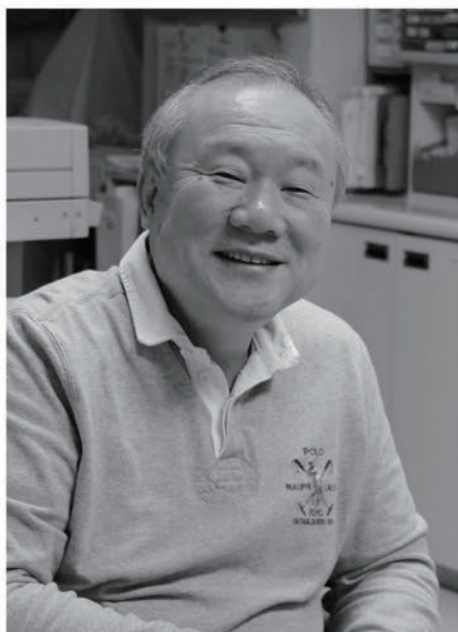


チャイルドケア本部講師 松本美佳

チャイルドケア研究所代表。2020年チャイルドケア共育協会設立にあたり、チャイルドケアの学習提案だけでなく、チャイルドケアの概念を軸に、様々な分野、専門とつながり、自然療法、家庭教育の可能性を広げ「いのちのケア」をプロデュースしていく予定です。

<https://cckenkyujo.jimdo.com/>





素敵な
あの人から
「みる・きく」
を学ぶ



Feature Articles

特集 ①

胎内記憶から愛をもって 生きることを学ぶ

池川クリニック院長 池川明先生

プロフィール

医学博士。産婦人科医。「出生前・周産期心理学協会(APPPAH, The Association for Pre- & Perinatal Psychology and Health)」の日本における元アドバイザー。日本の胎内記憶の研究の第一人者として、啓蒙活動を行う。講演活動は、日本のみならず、海を越え世界中で開催されている。池川先生の温かいまなざしとユーモアにあふれた軽快なお話は、多くの母親たちの励みと癒しになり、講演会ほどの会場も満員となっている。著書、CD多数発売中。



「胎内記憶」という言葉を知っていますか？

胎内記憶とは、文字通り「おなかの中にいた時の記憶」です。私の娘は誕生記憶、そして息子は胎内記憶を持っています。もう25年以上も前の話です。

娘が3～4歳だった頃に生まれたときのことを尋ねたことがあります。そのときに「何だかたくさんの人が見ていて、カチャカチャとはさみのようなものの音がして、うるさいなって思った。でもママが苦しそうだったから、生まれてきたの」と答えたのです。

娘は予定日より2か月半も早く大学病院で誕生しました。当然命の危険もある早産だったので、分娩室には、新生児未熟児疾患専門(NICU)の医師やスタッフが待機していたため、通常の分娩時よりも多くの人が見守ってくれていました。カチャカチャという音も緊急時の分娩室ですから、そのような音もあったのは想定できました。話したこともない状況をわかっていることに驚きました。

息子は、さらに驚くことに胎内記憶の中間世記憶*を持っていました。息子が4～5歳ぐらゐの時に一人遊びをしていると、ふいに「あのね。前に、空の上でお友達と遊んでいたときにね、神様みたいな人が僕に『そろそろ行きなさい』って言ったの。だからもっと遊びたかったけれど、遊ぶのをやめて、誰にしようかと思って探していたんだ。それでママがいちばんニコニコしていたから、この人って決めてヒューっとおなかに入ったんだよ。僕がママを選んだんだよ。」と言ったのです。

この体験はまだ胎内記憶という言葉も知らないときのことです。その後、池川先生の胎内記憶に関する著書が出版され、作り話ではなく本当の話だと分かりました。

私が活動してきたチャイルドケアは、2020年に「チャイルドケア共育協会」になります。さらに「いのちのケア」について考えていこうとしたこのタイミングで、池川先生にお話を伺えたことは、必然のように感じています。池川先生の胎内記憶のご研究からのいのち、魂に対するお考えは、私たちのこれからの活動を勇気づけてくれることと思います。

※お母さんのお腹に宿る前の記憶

インタビュアー 松本 美佳

胎内記憶について

—— 改めて胎内記憶について教えてください。

●池川先生(以下敬称略) 胎内記憶は、お母さんのおなかの中にいた時の記憶をもって生まれてきて、語ってくれるという現象のことです。なかなか検証するのは難しいのですが、子どもたちに聞き取り調査を重ねていくと、おなかの中だけの話ではなくて、生れる時の記憶「誕生記憶」やおなかに入る前の肉体がなかったときの記憶「中間世記憶」があって、お父さんお母さんのことを空から見ていたなんて言う子もいるわけです。さらには前世の記憶を持っている「前世記憶」や受精した時の記憶を持つ「受精記憶」や「卵子記憶」「精子記憶」もあって、胎内だけではないということもひっくり返って「胎内記憶」と言ってます。

—— 私の子どもが2人とも誕生記憶、中間世記憶をもっていたので、前世記憶や受精記憶もあるだろうと思います。今の医療や科学ではありえないことだと思いますが、そこを医師というお立場で研究をされているということにも興味深く感じています。

●池川 私も本当のところ分らないです。簡単に検証できるわけでもないから。でもまだお腹の中にいたときのご両親しか知らないこととかを記憶して生まれてくるという現象があるんですね。例えばおなかの中にいるときに「お父さんが土下座して謝ってた」ことを記憶していて、実際にその通りだったので、ご両親が驚かれました。ただどうして覚えているのかはまだわか

らないけれど、少なくとも生れていないのにお腹の中のことを語るという現象は間違いなくあります。そのほかにも肉体を持つ前のことや前世のことを詳細に話してくれますから信じるしかないですよ。

—— 「胎内記憶」は、昔からあったのでしょうか。

●池川 ありました。「胎内記憶」という言葉はありませんでしたが、胎内記憶と思われる内容のことは本などで書かれています。おそらく日本で一番古い記述が、江戸時代後期水戸藩の知恵袋的な人で国学者の平田篤胤が、「勝五郎再生記聞」で勝五郎さんの前世記憶や胎内記憶を聞いて書きとめたものです。それが英語に訳されて「前世記憶」の研究が始まったといわれています。それ以前にも断片的に前世のことや胎内の記憶などは書かれているものはあって、聖書にも似たような記述はあります。でも、まとまった論文として書かれたものは、日本が最初だと思いますね。

—— 日本が実は先駆けだったんですね。先生はそれを知ったときにどのように思われましたか？

●池川 否定も肯定もなく単純に面白そうと思いましたよ。それでこんなことあるらしいよって、院内のスタッフやスタッフの身内に聞いたら、あっさり「ありますよ」って言われて、それで研究を始めたんです。昔からあった現象だとしてもそれを確認することはなかったんでしょうね。子どもの時だけではなく、大人になっても記憶がある人は100人に一人くらいいます。でもその人が話すと、信じてもらえなかったり、精神病とかうつ病といわれたりするんですね。だから言わなくなります。研究を始めた20年前はまだこんな感じでした。実はそれ以前には「胎内記憶」の現象はあったものの「胎内記憶」という言葉はなく、最初にこの言葉が使われたのが教育研究家で七田式教育を提唱された七田真先生の「胎内記憶」(1998)という本なんです。言葉そのものは使われはじめてから、まだ20年くらいのことです。

—— 胎内にいる子どもを意識するといえば「胎教」もありますが。

●池川 「胎教」と「胎内記憶」は全然違います。「胎教」というのは、胎児と対話できるとは思っていない親が持っている知識を子どもに伝達するというのが基本。これに対して、「胎内記憶」では子どもには意思があり、何をしてほしいのか子どもに聞き取ることであると考えます。胎教は教えるルールがあるけれど、胎内記憶は人によって子育てのやり方が全然違います。妊娠中に胎内にいる子が「お酒飲んでもいいよ」って言う子もいるし、「やめて」って言う子もいる。だから妊婦さんにこうしようと言うのではなく、この子とあなたはどうしたらよいでしょう？ と尋ねます。関わり方が全然違うんです。今これを世界が求めていると思います。

—— どうやって尋ねるんですか？

●池川 単に赤ちゃんに尋ねるだけです。それが合っているか否かと皆さん確認しがりますが、確認しようがないでしょう(笑)。自分の気持ちだってわからないのに、他人の気持ちなんて確認なんかできないですよ。でもそのときにどう感じるかということなのです。わかったような気がする……これが大事なんです。子どもと「共感しています」「共有しています」という感覚を持つことです。方法ではなくて、日常的に相手を想ってそれにどう応えるかということです。胎教のように一方的にやることとは違います。例えば、妊婦さんが旅行に行きたいという場合は「赤ちゃんに聞いてみて」って言います。そうすると妊婦さんは「行っていいって言ってます」というんです。だから「じゃあ行っていいんじゃない」って答えます。「行かない方がいいって言ってる」といえば、「じゃあやめなさい」って答えます(笑)「えっ妊娠中のスペイン旅行？ そんなのダメでしょ」っていうのが医師として普通なのかもしれないけれどね。

—— それで大丈夫なんですか？

●池川 自分で赤ちゃんに尋ねて決めただからいいと思いますよ。皆、人に頼りすぎ。結局医師の許可が欲しいのと、責任を回避したいだけでしょう。何かあったら医師のせいになろうとしてる(笑)。旅行に行きたいんだから。行けばいいでしょう。それだけのこと。その結果具合が悪くなるのかなんてわからないし、旅行に行かなくても具合悪くなることもあるしね。どちらが良くてどちらがダメとも言い切れないですよ。決める時の前提はわくわくしているかどうかなんです。わくわくしているとね、トラブルが起きにくいんですよ。逆に嫌なことと思っているとトラブルが起きやすいんです。旅行に行きたいのに、行かない選択をして悶々としていたら、たぶん具合が悪くなるのです。

ミッションをもって 生まれてくる



—— 赤ちゃんは、自分で選んで生まれてきているんですね。

●池川 そうそう。胎内記憶の調査でわかったことは、どうも赤ちゃんは自分のミッションを決めて、それを行うためにお母さんを選んで生まれてくるようなんです。自分の人生をわかって生れてくる。病気になることも、障害も、虐待を受けることも。そんなこともわかって、自分で選んで生まれてきている。そう考えると、例えば辛い人生を「素敵」って思って生まれてきているってこともあるんです。

—— 自分で選んでるんですね。でも親は子どもの病気や障害などは、自分のせいだと責めてしまうことが多いですね。

●池川 それは病気が悪いと思っているからでしょう？別に病気になったっていいじゃないですか。病気をしない人生なんてないんですから。それを自分や他の人などの誰かのせいにするなんておかしいでしょう。

——先生のお話を伺うと、自分で「不幸」とか「辛い」と思い込んで、なんとかしたいともがいているだけのよな気になりますね。思い込みを悪く考えるのではなく、よく切り替えれば何か希望の光が見えるような気がします。先生の満面の笑顔と穏やかな口調で「しんどいならやめればいいし、やりたいならやればいいじゃない。」なんて言われちゃうと、なんか縛られたものから解かれて、自由になれるような不思議なマジックにかかった気持ちになります(笑)。

●池川 ははは。これでいいんだって思えばいいんですよ。これがいけないって思うから辛いんですよ。結局辛く思っているのも自分なんです。人のせいにするんじゃないってことです。サルが壺に手を突っ込んで、その中のものを取ろうとして手が抜けなくなってしまうことがありますね。手を離せば抜けるのに。欲がある。お母さんたちもそう。手を離せば楽になるんですよ。でも握りしめて苦しんで。自分で気づいて手を離すことはいいことです。しかし気づこうとしない人は、今度は握りしめたまま壺の方を壊そうとする。すごい高価な壺だったとしても500円くらい握りしめた手の方が大事だからね。壊して、ああよかった。手の中のものが取れたって言っているようなものですよ。1000万円の壺を壊しちゃってるのにね(笑)。

—— 禅問答のようですね。

●池川 そうですね。結局は生きやすいように生きればいいんですよ。

—— 簡単そうでそれがなかなか難しいですね。

●池川 だから子どもが大きな病気になるんですよ。走り回ってうるさいと言われていた子が病気になって寝たきりになった時に、あの時走り回っていたことが良かったことに気付くんです。失ってはじめて気づくというのが人間なんですね。失ってはじめて気づくなんて悲しいですよ。だったら最初からわかっていたら、病気にならないのではないかなと思うのです。ああこの子全然言うこと聞かないけど、この子がいて幸せって思えば、順調に幸せでいれるんです。でも、今は元気な子を心配するでしょ。今の元気な状態を見ないで、将来、起こるかどうかわからない病気を心配したり、いい子に育たなかったらどうしようとかね。そういうお母さんは、心配していることがいいお母さんだと思ってる。いいお母さんをやりたいから不安をもってるんですよ。でも考えようによっては不安を持つことができるお母さんは子どもがいる幸せな人ですよ。自分の思い通りにしたい。コントロールしたい。それができると幸せだと思っている。だから思い通りにならないから悩んで。不安を持っている。本当にそうですかね？今のお母さんは自分の育児を他の人に認めてほしただけだから、子どもをコントロールしようとしているのではないですか？それは愛着ではなく執着です。子どもの本来の姿を見ているわけではないんですよ。

池川先生のお話をもっと知りたい方のためにおすすめ！

『タマシイはひたすらびっくり体験とわくわくアイデアだけを求めてあなたにやって来た!』

著者／池川明・長堀優 出版社／ヒカルランド 1,960円

魂を語る二人の医師、産婦人科医の池川明先生と外科医の長堀優先生の共著。現職の医師であるお二人が、従来のタブー？を超えて、魂や看取りについて、またスピリチュアルなことまで、ユーモアを交えての本音を語っています。信じるか否かは別として、考える領域としてはとても重要なことだと思います。チャイルドケア本部講師の松本美佳イチオシです。



—— 先生のご著書に子どもたちはお母さんに幸せになってほしいと思って生まれてくるとありましたね。

●池川 そうなんです。子どもはすごいですよ。みんなお母さんに幸せになってほしいと思って生まれてくるんですよ。大人は子どもの幸せのために人生やっていると思っているでしょう？ 違うらしいですよ。子どもたちの方がお母さんやお父さんを幸せにしてあげようと思っているんです。神様からの声をちゃんときいてそれを実行しようとしているんです。でも小学校5年生くらいから、だんだん神様の声も聞こえなくなってしまうようですね。だから、その年齢までにきちんと人間形成しておかないといけないんですけどね。

生きている理由は誰かを幸せにするためというのが根底にあるんです。やりたいことをやるということは大切だけど、そこに誰かの幸せのためであることがわかっていないとダメです。もちろん人のためだけにやっていて、自分で幸せを感じていないのもダメですね。こうした状況は育児によくあります。子どものために自分のやりたいことを我慢して、不平不満を募らせながら世話しても子どもは全然幸せじゃない。お母さんを幸せにするために生まれてきたのに、自分がいることで負担がかかっているとなったら、子どもはこの世から消えていこうとすると思いませんか？

感性の時代



—— 私が自然療法を取り入れたのは、周りが安易に薬を使っていることに違和感をもったことでした。少し不調が出るとすぐに病院に行って風邪薬や下痢止め、解熱剤を与えるわけです。ホームケアというものがすっかり失われていたんです。家庭の中でホームケアが充

実すれば予防になりますから。でも自然療法がブームになり、アロマやハーブが家庭に取り入れられても、やっぱり今度は風邪をひいた時にどのハーブ？ おなかを壊したら、どのアロマ？という対処療法から抜けられない。そこで自然療法の知識の前に家庭力をあげなければいけないと家庭教育を取り入れました。でもまだまだ何かを考えようとするのは欠落しています。答えを他人から求めているだけなんです。

●池川 それは科学、理性に頼りすぎているんですね。理性は良いか悪いかを判断するものです。物事を善悪で判断しようとするのです。でもこれからは感性の時代ですね。だからこれがいいとか悪いとかじゃないんですね。例えば、子どもがお友達をたたいてしまった。これは理性では理由を聞かないです。でも感性だとなぜその子がたたいてしまったかの理由を聞きます。そうするとお母さんの悪口を言ったからと理由がわかります。そうするとお母さんのために、悪口を言う子をたたいてしまったという理由は感覚的にわかりますよね。でも、たたきたくなる気持ちをたたくという行動にしてしまうのはマズイわけです。だからじゃあどうしたらいいのかと子ども自身が考えることが大切なんです。だから人によって答えは違います。通常、理性的な答えは正解がひとつしかない。感性は答えなんてないんです。自分で出した答えはいわば全部OK。常にそこは自分のやりたいことと、相手の立場を考えてセットになって「どうする？」と考えれば無数の答えがでます。でも感性を磨かない教育ばかりしていたから、この「感じる」ということができていないんですね。

—— 五感の衰えもあり、感じる力は衰えているように思います。

●池川 感じるっていうのは個々によって違います。過去の経験や感情でも全然違う。同じものでも「気持ちいい」って言う人もいれば「気持ち悪い」って言う人もいます。理性だと、これに点数をつけてしまうわけです。気持ちいいなら5点、気持ち悪いなら2点とか。答え

を教育してきたんです。でも感じているということでは、どちらも5点満点でしょう。感じ方だから。なぜそう思うのか、そう感じるのかが大事ですね。その感じたことをどうしていききたいのかと理性をコントロールする方法を教えるのが教育ですね。いろんな人がいろんな考え方を持っている。それを否定することもないし、その中で自分はどうやって生きていくのかとわかっていればいいんです。答えなんかないんです。自分で答えは作るものなんです。

—— チャイルドケアは、まさに実践して、考えて、自分で答えを出すということを目的としています。答えのない講座を18年してます(笑)。まさに「感性の教育」を目指してきました。勇気が出ます。

いのちのケア



—— 先生のお話は、胎内の赤ちゃんのお話というよりも、いのちのお話につながっていることがわかります。チャイルドケアは全ての命の総称を「チャイルド」とした、いのちのケアを考えるものなんですね。とても共感することが多く感動しています。

●池川 「生きるのって何？」ってことです。せっかくこの世界に生を受けてわずか100年足らずしか生きないわけで、その中で何ができるの？ ってことですからね。例えば流産しちゃったとしても、それがその子のミッションであればその子なりに目的を果たしているわけです。100歳になっても目的を果たせないこともあるでしょ。そう考えると、ひとりずつミッションは違うし、生きる時間も違うし、役割をもって生まれてきているんですから、それぞれを尊重すればいいと思います。

—— チャイルドケアのいのちのケアを考える時に「育む」「見守る」「看取る」をキーワードにしています。先生はこのキーワードをどのように思われますか？

●池川 「育む」は、自由であることだと思います。そして自由とはやりたいことをやることです。そしてやりたいことをやるとは、「わくわくすること」「人のためにあること」「自由度が広がること」この3つをセットして子どもたちに自主的にやってもらうことです。このどれかが欠けてもダメです。これをちゃんと子どもと一緒に考えていけばいいのです。

—— 「考える」ということが今は希薄になっていると思います。知識はもっているけど、考えているわけではないから、行動がズレていると感じます。

●池川 そうそう、家はこうやって建てるんですよって建築家の話を聞いて、素人が家建てちゃうみたいな、そんなの危険ですね？ もっと考えなくちゃいけない。結果だけを聞いてやってしまうんですね。もっと考えて納得して自分で決めて行動することですね。その行動に、「わくわく」「人のため」「自由度」の3つのセットを軸にすればいいんです。そして、30歳になった時に自立してわくわくして生きていけばいいんです。



—— では「見守る」はどうですか？

●池川 胎内にいるときから、子どもの意識や気持ちを尊重してあげることです。2歳までは口を出してはいけません。そのあと様子に入る。でも様子に入る前に愛を伝えておかないといけない。私は子どもに怒ることは必要だと思ってる。でもその前に必ず愛を伝えておくことが絶対に必要です。そうすれば、母親の気持ちがちゃんと伝わるから。「あなたのことを愛している」というのは、「存在の受容」「信じる」「応援する」という3つのこと。これが伝わっていれば、何かで怒ることがあっても、ちゃんと子どもに伝わる。もし伝わらなかったら、ちゃんと3つのことが伝わっていないんです。

—— 「看取る」については？

●池川 「死」は、魂があっちの世界に喜んで帰ることです。あっちのほう気持ちがいいんですから。肉体があるから痛みがあったりするんですよ。だから、痛みがあった

人生だとしても人生良かったね～って喜んで帰してあげることです。亡くなるということは、ある意味お祭りですよ。本当はとても幸せなことだから。

—— 先生にとって愛とは何でしょう？

●池川 命があることが「愛」です。愛がなければ命はない。愛されていないとか愛されたことがないって言う人もいけど、それは「愛」に気づいていないんです。存在しているだけで、ちゃんと愛されている。そこに気づくことです。その愛をもとにわくわくした気持ちで、人のために、自由度を広げて自分で決めて生きていくことだと思いますね。

—— 先生のお話を聞いていると自然にわくわくしますし、何でも乗り越えていけそうな気がします。すべてのいのちが愛のもとでわくわくできるよう、チャイルドケアでも励んでいきたいと思います。本日は本当にありがとうございました。



映画 かみさまとのやくそく ～あなたは親を選んで生まれてきた～

胎内記憶と子育ての実践をテーマにしたドキュメンタリー映画です。
胎内記憶を持っているお子さんへのインタビューや聞き取り調査の中で語られる子どもたちの数々の言葉に、何を思い、何を感じるでしょうか？
私たちは、あらかじめ自分で自分の人生のシナリオを作り、そのシナリオ通りの冒険を楽しむために地球にやってきているのだそうです。
この映画は、単なるドキュメンタリー映画とは違います。大人になった私たちにとっても様々な意識を変えるチャンスを与えてくれることでしょう。

監督：萩久保 則男 出演者：池川明 大門正幸 飛谷ユミ子他



©映画「かみさまとのやくそく」2016 熊貓堂

全国で自主上映されています。
スケジュールや詳細はこちらのHPで確認ください。

<http://norio-ogikubo.info/>

7月27日(土)にチャイルドケア特別イベントとして、映画の上映会と池川先生のお話を開催します。
詳細は22ページをご覧ください。

いのちを感じることの大切さ

助産婦 **松尾 祐希**さん

プロフィール

日本赤十字九州国際看護大学卒業後、助産師学校へ進学。
卒業後産婦人科勤務、現在助産師7年目。2019年よりセネ
ガルの村落部で母子保健分野のボランティア活動中。



いのちとは何か。私自身にもまだはっきりとした答えはありません。しかし、出産の現場で日々いのちの重み温もりに触れていると、いのちとは“与えられた時間”ではないか、と覚えることがよくあります。与えられたいのちという時間を、死にゆくまでにどう使うか。今ここにある私たちの存在は奇跡だということを、ひとりでも多くの方に感じて生きてほしいと思うのが我々助産師の願いでもあります。

発展途上国の医療現場を目の当たりにすると、いのちの原点について考えさせられます。タンザニアの僻地のヘルスセンターでボランティアをしていた時のことです。出産数は日本の約5倍もあるのに、医療機器はあっても未修理で使用できない、資金不足で十分な感染予防ができていない、また貧困や交通機関がないなどの問題から、妊婦健診に来る事ができないなど、多くの問題がありました。自宅出産も多く、緊急事態に対応できずに命を落としてしまうこともあります。マサイ族のお母さんたちは、出産のために何時間もかけて歩いて病院へ向かいます。

ある日、ひとりの妊婦さんが陣痛のため来院されました。1時間に1度、聴診器のようなもので赤ちゃんの心音をチェックするのですが、1時間前は聞こえていた赤ちゃんの心音が聞こえなくなりました。羊水が少なく、へその緒が首に何重も巻きついており、赤ちゃんは陣痛に耐えられなくなったのです。それでも、我が子に会うために何十時間も陣痛に耐えて産まなければならないのです。妊婦健診で早期に発見できていれば…医療機器が揃っていれば…日本だったら救えていたかもしれない…と何度も無力さに押しつぶされそうになる日々でした。さらに途上国では、出産が無事に終わっ

ても安心はできません。ミルクを作るための清潔な水がなく、下痢で多くの子どもたちが命を落としているのです。

しかし、彼らは物質的には貧困ですが、家族や友人、ご近所とも絆が深く、互いに助け合って明るく生きています。生きていくのに精一杯の日々を過ごす彼らに、自殺の概念などはありません。日本の現代社会では、物質的なサポート体制は豊富にあります。しかし、それがゆえに見失いつつある大事なものもあるのではないのでしょうか。それは、人間が本来持つべき力です。もちろん日本にも良い面はたくさんあります。途上国と先進国、互いに学ぶべき点があるように思えます。

皆さんは、限られたいのちの時間を何のために使いますか？ 誰かのために時間を使えることは素敵なことだと思います。私は助産師として、人は生まれ変わり、いのちはどこまでも続いていくものだと実感する瞬間をたくさんみてきました。お母さんが我が身と引き換えに必死で守って渡した命のバトン、奇跡的に助かった母と子、家族が到着する瞬間まで頑張ったいのち。そこには、医学的には証明できない何かが働いている事を感じます。

そんな、命の現場に寄り添う私たちだからこそ、広く、深く伝えていきたい、いのちの大切さ。忙しく時が過ぎ去っていく日々ですが、時には立ち止まり「いのち」を感じてみませんか？

自然農に向き合う ～食べることは生きること～

たむそん自然農園
園長

田村 吾郎さん

プロフィール



東京農業大学を卒業後、料理人を経て、有機農業を始めるが、肥料を使つての栽培に疑問を持ち、6年前より無農薬、無施肥、不耕起栽培による虫や野草と共に育てる自然農を始める。

◀ たむそん自然農園ホームページ



「妥協しない農業を実践してきたら、

自然農法にたどりついていた」

川崎で有機農業を始めたのが農業への第一歩。大学院で発酵学を勉強していたので、自分流堆肥をつくれる自信があった。堆肥ができる工程ごとに活躍する微生物が変わり、温度や臭いも違ってくる。そうした状態を注意深く観察しながら堆肥づくりを進める。堆肥の基本的な材料は、畑の青草、枯草、菜種のしぼりかす、米ぬか、もみがらと、炭化させたくん炭と豚糞。

相当な研究を積み重ねて、とても質のよい堆肥が作れるようになった。自分の畑で使うだけでなく、お客様にも販売して、とても好評だった。しかし、いろいろな疑問が生まれ、この材料を使った堆肥づくりは諦めることとなった。植物性肥料の材料となるものについては、残留農薬や遺伝子組み換えなどのこと。また家畜には、病気の治療、予防、生育促進などを目的として医薬品が使われていることがあり、現地へ見学に行ったりと、自分なりに調べて情報を収集し、堆肥に使う材料を見直した。自分が育てる野菜については、少しでも疑問が残る要素は排除したい。その結果、肥料の材料として残ったものは、畑の青草、枯草だけだった。

例えば、オクラの下草はオクラの高さを超えないうちに刈り、刈った草は畝の土の上に置く。これを繰り返していくとオクラを作る前より後の方が土は良くなっている。土は使えば使うほど軟かくなりモグラや昆虫など、生きものがたくさん集まる。普通は、ひとつの野菜を作り終わると次の作付まで畑を休ませるが、ここでは、次の作物をすぐに植ええられる。畝の上に草を引いておけば野菜は育つ。つまり、自然農法のやり方のひとつです。

〔自然農法の理解を深めるために〕

今はスーパーなどに行っても、名前のわからない野菜はほとんど置いていない。食べることにする選択肢が減ってしまった。あまり豊かではない、ともいえる。お客様は自分の知らない野菜は手にとりにくい、売る側も知らない野菜の説明が難しい、生産者も売れる野菜を中心に栽培する。結果として販売される野菜の種類が減ってきたとも考えられる。

別の視点で考えてみると、例えば、お客様が無農薬のりんごが欲しいと望む、でもお客様は少しでも見た目に難があるりんごは買わない。結果、生産者も難が全くないものだけを出荷することになり、値段も高くなる。すると、数少ない売り場に並んだ難の無いりんごも売れなくなり、無農薬のりんごは売り場から姿を消してしまう…。無農薬の野菜が売り場になく、なくなってしまう理由にも思いを馳せて欲しい。安くて、見た目が良く、虫のいない、こうした野菜しか流通できないのでは、農業は成り立たないのです。これは、もちろん消費者だけの問題ではなく、販売者は、農業や栽培の状況、野菜に関することを消費者にきちんと伝え、生産者は販売者へ伝える。三者三様に問題があって、きちんと会話をし、説明する。これを地道にやるしかない。対話する人が、いろいろな地域で増えていけば、そこから繋がりもできる。この流れが大きくなれば、状況は大きく変わっていくと思う。

最後に、自分の身体を作っている物は、全て自分が口にした物。

皆さんは、自分の口にしているものに関心を持ってもらいたい。

いのちあるものは全て地球のチャイルド

ペットアロマウェルビーイング協会
代表

すとう えりさん

プロフィール

アニマルインターカレッジ（仙台）、中央動物専門学校（東京）などでの講師活動に加え、日本アロマコーディネータースクールや全日本動物専門教育協会の通信・通学講座開設にも携わる。現在はバリ島を拠点にアロマトリエ「Five elements Aroma Bali」を主宰し、インドネシアの天然原料を用いたハンドメイドソープやハーブウォーターなど、素材や工程にこだわったオリジナルアロマ商品のプロデュースに取り組む、バリ島と日本を繋いでいる。



「いのちのケア」を考える。

これは私が代表を務めるペットアロマウェルビーイング協会の中心軸となるテーマでもあり、ペットとの関わりを通して「いのち」に触れることで、その大切さ、尊さを心で理解し、「愛」を育む提案をしています。チャイルドケアの活動と共感する部分がとても多いと思います。

この地球上で最も高いエネルギーは「愛」であり、人生には「愛」の純度を高めていくための喜びや試練が起こります。人やペットとの出会いによっても「愛」を学ぶ大きな機会を得ることができます。ペットとの関わり合いは、言葉はなくても通じ合える最も原始的な方法でのコミュニケーションです。彼らの持つ真っ直ぐで純粋な心に触れることは、私たち人間の情緒を豊かにし、愛おしさを育みます。愛は心から湧き出てくるものだ、彼らは教えてくれます。

犬や猫などのペットの寿命は人間に比べてとても短く、彼らの時間は人間より遥かに早く流れています。彼らと一緒に生きる「今」がどれだけ貴重で、大切であるかに気づきます。彼らと共に生きることで、時間の尊さをも学ぶことができるのです。

彼らは生きること、いのちが終わることをありのままで見せてくれ、その大切さを教えてくれる存在でもあります。

「愛」が健全に育まれれば、いのちの軽視といえる犬猫の殺処分という社会問題はなくなり、世の中がもっと優しくなるでしょう。家庭にペットがいることによって、子供達は小さいうちから温かく優しい「いのち」に触れ、犬や猫などのペットもまた自分と同じ「いのち」を持ち、地球に共に生きる仲間であることを理解するでしょう。そういう子供達が大きくなったとき、人とペットとの共生社会もさらに良くなっていることと思います。

人が親になって子供や子育てから学ぶように、ペットの飼い主になることで育まれる感情や責任があります。ペットを通して、生きる楽しさや喜びを知ることができます。彼らは、人生にとって何が大切なことなのかということを、気づかせてくれる先生でもあります。

チャイルドケア共育協会の活動、ペットアロマウェルビーイング協会の活動が、ひとりひとり、一頭一頭の「いのち」のケアに繋がり、家庭、地域、社会、さらには地球と繋がり、全体が大きな「愛」で統合されていくことを切に願っています。

ペットアロマウェルビーイング協会では、各分野の専門機関と連携し、健康維持・促進のための自然療法やトリートメントによる触れ合いなど、さまざまな実践を通して命の尊さや大切さを知り、互いの気持ちを通じ合わせ、「癒し⇄癒される」良好な関係性を築くことができるようになること、人とペットが快適に暮らすことができるライフスタイルの提案をしています。

「ナチュラルドッグアロマケアコース」では、ドッグアロマケアの基礎をはじめ、愛犬との暮らしにアロマセラピーを正しく安全に取り入れる方法やドッグアロマトリートメントをオンラインレッスンで学ぶことができます。



ペットアロマウェルビーイング協会



<https://www.petaromawell-being.org>

または

治療家としてのいのちのケアの取り組み

自然療法治療室 松本鍼灸接骨院院長
チャイルドケア監修

松本 安彦 院長

プロフィール



1997年に鍼灸接骨院を開業するとともに、東洋医学に限らず妻の松本美佳とともにアロマセラピーやフラワーエッセンスなど積極的に取り入れ、からだ・心のバランスを図るとともに、目に見えない領域をも意識したケアを行っている。

◀ 自然療法治療室 松本鍼灸接骨院



治療家になり30年が過ぎ、開業してから22年経ちました。ここ十数年は、通常の治療と同時に地域の医師やケアマネジャー、看護師さんからの依頼で重度の認知症、末期がんや難病の患者さんのケアを担当することも多くなりました。

様々な患者さんに接する機会を与えられたことで学ぶことも増え、以前より命(いのち)、魂(たましい)、輪廻転生について考えるようになりました。

治療家として、ただ肉体にアプローチすることだけでなく、死に近づいている方に何ができるか、心、意識、魂に働きかけることが何かできないかなどと模索するようになりました。東洋医学では「気」という見えないエネルギーがあると考えます。この気は身体の中だけでなく、肉体の周りの見えないところ(フィールド)にも存在し、それによって生かされています。中国の古典の『莊子』には「気が集まれば即ち生、気が散ずれば即ち死」というくだりがあります。「死」を迎え、人間の肉体が死して物質になり、そこに宿っていた気、魂はどこに行くのか。そんなことに深く興味をもつようになりました。

今でこそ、「魂」という言葉も少しずつ受け入れられています。ひと昔前はやはり、「魂」という言葉を出すだけでもオカルト的に思われ、真剣に耳を傾ける人も少なくなかなか難しい領域でしたが、最近は、「魂」に真摯に向き合い、研究解明しようとしている学者、医師、医療関係者、ヒーラー、セラピストの方も増えていきます。素晴らしい方々とのつながりで学ぶ機会も多くなり、今は治療という形で実践にも取り入れています。

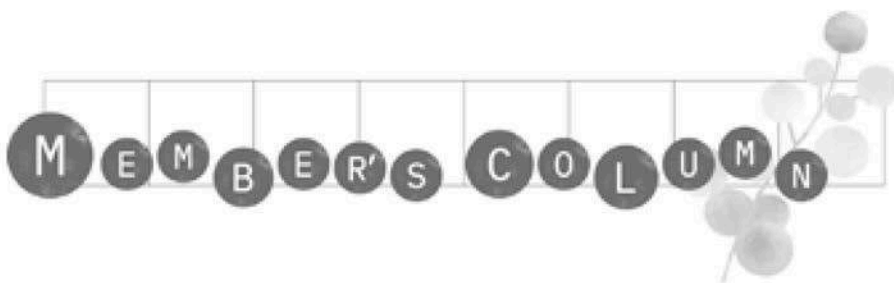
鍼灸マッサージ師として単に肉体に対しての施術だけでなく身体を取り巻く、あるいは身体に浸透した見

えない精妙な部分に対してのアプローチとして、気功、レイキなども施術に取り入れています。

特に治療メニューに掲げているわけではありませんが、身体に触れて意識するだけで、エネルギーに敏感な方は「先生、私に気をおくってくれたでしょう。何かが身体に流れている感じで温かい」とか、入院されている患者さんを思い意識を向けると、その患者さんから連絡が入り、「先生に触れられているようでとても楽になった」と言われることもあり、意識を向けるだけでもそういった現象が起こることは、私なりに実感しています。

ひと昔前は、魂の話はお坊さんがするくらいでしたが、今は西洋医学の医師が「神」「魂」「霊」「前世」「宇宙」などについて積極的にお考えをお話しくださる方も増え、日常の中で「魂」「輪廻転生」の話ができるようになる日も遠くないと思います。いのちを考えると、死は消滅ではなく人間が死んだ後も、魂は別の世界に存在し、そして何れ新しい世界に誕生する。生命活動を終えようとしている方と接するにあたりこう考えると少し救われるようにも感じます。

今後も治療家として幅広い考えを学び深めていきたいと思っています。



7つのコンセプトから学ぶ



CCI

上田 聖子さん（東京都江戸川区）

医療系専門学校にてアロマセラピーやメディカルハーブの講師をしながら、介護アロマセラピストとして定期的に介護施設を訪問し、植物療法を取り入れたケアを行っています。

チャイルドケアを学んだ時、その根幹にあるのは「いのち」を考えることだと思いました。命の尊さに気づき、尊重して育むこと。17年前に息子が誕生したとき、小さな身体からその命の重さを感じました。そして彼の生きる力を信じて、チャイルドケアを実践してきました。現在は「育むケア」から「見守るケア」へと時が経ち、高校生になった息子はとてもたくましく、自由な感性で毎日を生きているようです。

また、チャイルドケアのもう一つの構成である「看取るケア」も両親の死を通じて経験しました。13年前に母を、3年前に父を見送りました。2人ともに同じ病気でしたが、治療の選択はまるで正反対なものでした。母は出来る限りの治療を積極的に受け、最期まで生きる力を私に見せてくれました。また、父は必要以上の治療は受けずQOLの向上を優先することで、自分らしく生きることや命の尊厳を私に教えてくれました。私は家族の生と死で自分の周りにある命の存在を確認し、生きることの意味や意義に気づき、命とは与えられた時間であると感じました。そして自分の命の存在を思うとき、与えられた時間をちゃんと使っているかをとても考えるようになりました。

現在、植物療法の仕事に携わり、介護施設を訪問し高齢者の方々と接する機会も多く、健康についても日々考えます。世界保健機関(WHO)では、健康の定

義について「健康とは身体的、精神的、霊的、社会的に完全に良好な動的状態」として1998年に改正案が出されました。健康とは身体のみだけでなく、心や社会的な側面、そして近年では人間のスピリチュアルな側面の健康も大事なことでされています。「霊的」という言葉は一見あやしい感じに聞こえてしまう場合もあるかもしれませんが、実は人間の尊厳の確保やQOLを考えるための本質的な部分ではないかと思います。また、植物療法では植物に含まれている多様な成分は互いにつながりを持ち、相乗効果を発揮します。そして身体と心、スピリチュアルな領域にも同時に働きかけることが可能です。介護領域に植物療法を取り入れることも、五感の刺激によるQOLやwell-beingの向上、植物が持つ薬理作用、人と人をつなぐコミュニケーション効果などを生みます。植物が持つ力は素晴らしく、植物からも日々命について学んでいます。それでもやはり「いのち」を言葉で説明するのはとても難しいです。

私の大好きな『星の王子様』の中に「本当に大切なものは目には見えない」という一節があります。命の大切さを考えながら、これからも「生きる力」を養っていきたいと思います。

私たちの、『いのち』と『生きる』を考えて伝えていくこと



CC加盟校 Enfance (アンファンス)

中村 統子さん (大阪府大阪市)

「知覚動考」今までのいろいろな経験をいかし、悩みを持つママの支えになれたらと、産婦人科や助産院でベビーマッサージと栄養指導をさせていただいています。どんな経験も自分の知識となります。

私は、息子を出産し、このチャイルドケアと出会いました。息子は、左手に障害を持って生まれた為、これまでに1歳、2歳、10歳と3回手術をしています。日本医学の再生医療は素晴らしいものですが、息子の精神的なケアは、スムーズにはいきませんでした。完全看護の為、1歳での手術退院後も不安で夜には泣き続けたり、人見知りが起き、私の姿が見えなくなると泣き続ける日々でした。息子の気持ちを少しでも癒してくれるものを学びたいと思った時に、巡りあったのがこのチャイルドケアでした。自然を感じ、植物の力を日常生活に取り入れ、息子のためと思っていたこのケアが、いつしか家族みんなへのケアへとなくなっていました。

10歳での手術は2ヶ月近く入院をしたのですが、小さい時と違い、かなり我慢もできるようになりました。しかし私が行くと甘えている息子を見た看護師さん達に、「本当に仲が良いですね」と言われ、担当の看護師さんは「私とお母さんどっちが好き？」と聞いたら、お母さんに決まってるやろう！看護師さんの中では、一番好きだけどお母さんとは比べられないよ」と言われたと教えてくださいました。その言葉に疲れもとんでいきました。

退院も間近となったある日、病棟で出られないことをわかっている母から電話がかかりました。父が倒れ、救急車で病院へ行くとの連絡でした。4日前に息子のお見舞いに来てくれた父だったのに、信じられない気持ち

で息子に今の状態を説明すると、さみしそうな顔をしながら、息子は救急病院へ行くよう送り出してくれました。

父は8時間に及ぶ手術をうけましたが、脳の損傷がひどく、呼吸や目は開いているものの、話すことも動くこともできない植物状態となりました。担当医からは、「検査の結果、認識力はない」と言われたのですが、私が病院に行くと声を発したり、わかっているようにも感じ、私や子ども達が、父の体をなでたり、耳元で「はやくよくなってね」と声をかけると喜んでるようにも感じました。脳が判断できなくても心で感じられていた日々が2年3ヶ月過ぎた年末、父の容態は悪化し、何度も病院から呼び出しを受けるようになったのです。

あと2週間で娘の成人式の為、酸素吸入をしている父に「つらいかもしれないけど。成人式がすむまでがんばって」とずっと耳元でお願いをしていました。そのかいがあり、娘は父が買ってくれた私の振袖を着て、式に参列することが無事できました。スマホでとった写真を翌日見せた時、うっすら涙ぐんだように見えたのですが、その翌朝、父は息を引き取りました。

この2年4ヶ月は、医学では証明の出来ない「いのちのケア」に向き合うことができたように思えます。悲しみは続きますが、辛いことがあれば、父に相談をしています。今は感謝の気持ちでいっぱいの毎日です。

Facebookページを新設しました！



今後皆さまに、より早い情報・サービスをお届けするツールとして、Facebookを活用していこうと考えております。2019年1月～Facebookページを新設し、情報提供のみならず、会員の皆さまとの様々な交流の機会を設け、皆さまのお声から協会の動き方やサポート体制を構築してまいりますので、お気軽にご意見、ご要望をお待ちしております。

FacebookページURL：<https://www.facebook.com/Childcare.official>

Facebook検索：「チャイルドケア～自然療法と家庭教育～」



Facebook登録方法



①スマホ・パソコンのいずれかでFacebook公式ページにアクセスします。

⇒<https://www.facebook.com/>

②アカウント登録ページに『姓・名』や『メールアドレス』など、もれなく入力してください。

③登録後に各種設定・友達検索などの項目が表示されます。必要な設定がある場合はこのタイミングで設定できますが、この設定は後からでもできますので、スキップで飛ばしても問題ありません。

④設定完了のボタンを押すと、登録のEmailアドレスに登録完了のメールが届きます。届いたmailに記載されているURLにアクセスすると登録の完了です。

※設定・登録方法にご不安のある方はJAA事務局までお電話ください。
お電話で説明しながら、一緒に設定を行います。

「幸せ力向上のネット塾@」プレオープン！

新協会発足に向けて、2019年4月からチャイルドケアのオンラインサロンをプレオープンいたします。本格始動は2020年1月を予定しており、新しくオンラインサロン専用のホームページをご用意する予定です。現在コンテンツ準備やサイト構築の途中段階で



ありますが、Facebookグループを使った会員サロンのプレオープンを開始することとなり、本サロンは月額会員制の有料サービスですが、MC会員の皆さまの情報提供サービスとして無料でご利用できる設定にいたしました。

◆オンラインサロンって何？

オンラインサロンは、月額会費制のweb上で展開されるコミュニティの総称です。オンラインサロンの多くはFacebookで行うことが主流で、会員同士の交流、勉強会、情報交換会など、web上で実在する様々な人と繋がり、楽しみ、高めあうことを目的としたコミュニティサービスです。

◆月額会費はいくら？

- ・MC会員の方／無料
- ・一般入会の方／月額会員制

◆チャイルドケアサロンご利用に必要なものは2つだけ！

- Facebookアカウント（登録方法などお電話でレクチャーいたします）
- インターネット環境（スマホ・パソコンどちらでも）

◆チャイルドケアサロンでは何をするの？

チャイルドケアサロンでは「幸せ力向上の知恵と情報を随時提供し、同じ関心・目的を持つ人たちが高めあえる交流の場であること」をテーマに運営いたします。今は個々がネット環境を常時利用できる環境にあり、ネットの普及は懸念する点も少なくはありませんが、ネットならではの利便性はどんどん利用していきたいと計画しております。例えばこれまでセミナー出席でしか得られなかった専門的な知識の学習を動画やレポートで配信したり、講師・本部スタッフとZOOMやスカイプを利用した顔の見える交流・相談・質問の場を設けたり、会員同士の交流の場を企画したり…などなど、チャイルドケア講座は家庭や仕事の都合により通信教育で学ぶ方が多くいらっしゃいますので、ご自宅に居ながら家庭やスキルが向上するサービスをご期待ください。その他心理テスト・占い・大人のたしなみ講座・ショートレッスン・セレクトショップの割引サービスなど、お楽しみ企画も配信していきますので、これまでネットは苦手とされていた方も、この機会にぜひ

ご利用ください。

◆チャイルドケアサロン登録方法

チャイルドケアの新設Facebookページの「グループ」から、「幸せ力向上のネット塾@チャイルドケアサロン」を選択し、参加申請を押してください。こちらで参加申請の受理後、そのまま無料でご利用できます。

FacebookページURL:

<https://www.facebook.com/Childcare.official>

◆お気軽にお問合せください！

「Facebookは初めて」「ネット交流は不安がある」「使い方、登録方法がよくわからない」「プライバシーは守られるの?」「個人情報をおかさない方法は?」などなど、サービスご利用についてのお問い合わせは、お気軽にJAAまでお電話ください。今後、情報収集や資格活用などの場面で、webサービスの利用は大きなメリットがたくさんあります。この機会に「web慣れ」しておくことをお勧めしたいこともあり、使い方、ご不安材料など、ご遠慮なく何度でもお電話orメールでお問合せください。

TEL: 0120-080-879

(JAA日本アロマコーディネーター協会)

Mail: staff@childcare-jp.com

上記TEL、mailでは、web以外のご相談も承ります。lessonのご質問、資格の活用相談など、お困りごとはいつでもご連絡ください。

添削レポートの内容は、会報誌及び会員サイトにて掲載する場合がございます。個人情報非公開といたしますのでご安心ください。



五行色体表

この五行色体表はたくさんある五行の属性の一部を一覧にまとめたものです。

五臓と関連する自然界や身体部位が示されていて五臓の変調の原因や症状（その場所）を知る手掛かりになります。今回はその中の五官・五主・五華・五志・五液・五味について五臓と照らし合わせていきます。

肝・木・春の部分を見てみます。春は目に不調が出やすく目の充血、眼精疲労、視力の低下などが起こります。

花粉症の涙目も肝が関係します。筋や腱の引きつれ、こむら返り、爪がもろくなることも肝の不調と考え、また、肝や胆に変調をきたすとストレスがたまりやすくイライラしたり怒りっぽくなったりします。酸っぱい味を欲するときも肝の不調と考えます。

このような見方で見てみましょう。.....

肝・木・春の不調のサイン

目▷眼精疲労、充血、ドライアイ
筋(筋膜、腱、靱帯などを指す)▷腱の引きつれ、こむら返り
爪▷爪の色つやが悪く、もろくなり、ひどいときには変形したりする
怒▷怒りっぽくなる、イライラする
涙▷目が乾いたり、涙が流れ過ぎる
酸▷酸っぱい味を欲する

悲(憂)▷のどのつまり、咳、過呼吸などを起こす
悲しみ・憂いが過ぎると、気が消耗し、肺の変調をきたす)

はなじる▷鼻水が出やすくなる
辛▷辛い味を欲する

腎・水・冬の不調のサイン

耳▷難聴、耳鳴り
骨▷骨の発育が悪い、歯や骨がもろくなる
髪▷脱毛、白髪
恐(驚)▷失禁、白髪、精神不安、不眠(恐れが過ぎると気が下がり、驚きが過ぎると気がみだれる)
唾▷唾液が出やすい
鹹(しおからい)▷しおからい味を欲する

心・火・夏の不調のサイン

舌▷言語障害、味覚異常
血脈▷脈拍の異常、血のめぐりが悪くなる
面色▷顔の血色が悪い、顔色が赤くなる
喜(笑)▷集中力の低下、突然死などを起こすことがある(喜びが過ぎると気が緩み過ぎて、心の変調をきたす)
汗▷ちょっとしたことで汗をかく
(汗は心の液といい、心筋梗塞、狭心症の発作時には異常な汗をかく)
苦▷苦い味を欲する

◆ 五行の色体表 ◆

五味	五香	五液	五志	五華(支)	五主	五官	五腑	五臓	五行(恵)	五色	五方	五季
酸	臊(あぶくさい)	涙(なみだ)	怒	爪	筋	目	胆	肝	木	青	東	春
苦	焦(こげくさい)	汗(あせ)	喜(笑)	面色	血脈	舌	小腸	心	火	赤	南	夏
甘	香(かほばしい)	涎(よだれ)	思	唇	肌肉	唇(口)	胃	脾	土	黄	中央	土用
辛	腥(くさい)	涕(はな)	悲(憂)	皮毛	皮膚	鼻	大腸	肺	金	白	西	秋
鹹(しおからい)	腐(くさくさい)	唾(つば)	恐(驚)	髪	骨	耳	膀胱	腎	水	黒	北	冬

味覚の所属
香気の所属
体液の所属
感情の所属
五臓の精気が榮するところ
五臓から栄養を補充するもの
感覚器
他の臓器の活動と関係
五行の性質抽象
五臓の嫌う外気
色の分類
方位の分類
季節の分類

脾・土・土用の不調のサイン

口▷口が苦い、口の中がねばつく、口内が荒れる、食欲の異常(亢進・減退)、味覚がおかしい
肌肉(きにく)▷(いわゆる筋肉のこと)肉づきが痩せ、四肢(手や足)に力が入らなくなる
唇▷唇やその周囲が荒れる
思▷食欲不振、胃潰瘍、下痢
(思い悩み過ぎると気が停滞する)
涎(せん)▷涎(よだれ)が多い
(脾の気が弱い幼児や高齢者は涎が多い)
甘▷甘い味を欲する

肺・金・秋の不調のサイン

鼻▷鼻づまりや乾いたりして匂いもわからなくなる
皮膚▷皮膚病、皮膚の乾燥、肌荒れ
皮毛▷体毛が濃くなる(上背部、額など)

11／10東京 & 11／18大阪

いやしの祭典

チャイルドケアブース出展報告

東京会場レポート

CC加盟校 irodori care
志甫 和江さん
(東京都北区)



今回初めて、いやしの祭典に“手ぬぐいで「タッチケア」体験”として、ワークショップを開催させていただきました。チャイルドケアに出会ってから4年、そろそろ学びから貢献へとステップアップしたいという思いが募っていたので、イベントが無事に終わった時は、達成感と感謝の気持ちでいっぱいになりました。当日に至るまで、タッチケアを家族に何度も試したり、本部スタッフの方に丁寧なアドバイスを頂き、フィードバックを重ねることで、自分らしいタッチケアを見つけていく過程が心地よかったです。会場では、緊張がほぐれ気持ちが軽くなった、など嬉しい感想を頂き、「こころのふれあい」を体感でき始めたことが、机上だけでは学べない大きな成果と思っています。また、松本美佳先生やハミングバードの方と対面でお話することで、皆さんの温かさや朗らかさを感じ、私もチャイルドケアを通して、周りの笑顔作りに貢献したいと再認識し、感謝に溢れる1日になりました。

大阪会場レポート

CC加盟校
ぶぶちゃんのほっぺ
武部 美樹さん
(大阪府大阪市)



今年もチャイルドケアのお仲間の先生方、受講生の小縄さんと一緒にチャイルドケアブースで参加させていただきました。「手こね石鹸作りのワークショップ」「スーパーボールつかみ やってみよう！ 足の体操♪」「チャイルドケアのタッチケア体験」の3つ

の提供で、たくさんの方々にご参加いただきました。お子さんに大好評のスーパーボールゲームでは、1分間という時間の中で、足の指で何個つかんで移せるかチャレンジしてもらいました。練習してもらい、いざ本番！ 足の使い方にも慣れてきてたくさんつかめていました！ 手こね石けんのワークショップでは、ドライハーブを乳鉢ですりつぶすところから体験していただき、ご自身でこねて形成してもらいました。タッチケアでは、手ぬぐいとタオルの感触の違い、手ぬぐいで行うタッチを体験していただき、「とても温かい」「手の温かさを感じられた」「優しい気持ちになれた」など感想をいただきました。今年も、皆さんと一緒に楽しいひとときを過ごすことができました。

いやしの祭典は、国内でのアロマセラピーや自然療法の普及、会員のスキルアップや地域交流の場を提供することを目的に、2012年から開催しています。前年に引き続き、2018年も皆さんのご協力のもと、チャイルドケアブースを設けることができました。ご協力およびご来場いただいた皆さんに感謝申し上げます。

「チャイルドケア本部」

チャイルドケア 受講生の声

谷口 紋子さん
(兵庫県姫路市)



受講を決められたきっかけを教えてください

——以前、アロマコーディネーターの資格を取得していて、その時から自分の子どもが産まれたらチャイルドケアの勉強もしようと思っていました。ようやく昨年無事に出産を終えたので、子どもとのコミュニケーションのツールとして、また子どもが少しでもリラックスして安心感を感じられるようにと思い、チャイルドケアの受講を決めました。

7つのコンセプトで一番興味のあるテーマと、その理由を教えてください

——「タッチセラピーとベビー&チャイルドマッサージ」です。実際に子どもと触れあえて、自らの手で子どもを癒すことのできる特別なものだからです。子どもに触れることでその日の体調や気分をより感じ取ることができますと思います。

レッスン1の課題を実際にやってみた感想はいかがですか？

——テキストでは「いのち」について、たくさん考えさせられるところがありました。またレポートの中で妊娠や出産を振り返るところがあり、当時を振り返るだけでも喜びや嬉しさがまた一段と大きくなりました。結婚して

夫と2人の生活が長かったこともあって、子どもに出会えたことへの感謝と子どもを大切に育てたいという思いが改めて強くなりました。

課題のレポートをご覧ください、一番どのレポートが楽しみですか？またそれはどのような理由ですか？

——どの課題も興味がありますが、ひとつ選ぶとしたらレポート2の「子どもの足の成長記録」でしょうか。実際にフットケアをする前と後の足型を取って、半年間での成長を見ることができるので楽しみです！日々の生活の中でコミュニケーションをはかりながら、子どもの足の変化にも注目してみたいです。

チャイルドケアでの学びを、将来どんな形で活かしていきたいですか？ または活かそうですか？

——ここでの気づきをヒントに、ちゃんと子どもと向き合ってお互いに成長できるような気がします。子どもが心身ともに健康でいられるように、子育てをこれからも楽しめるように、このチャイルドケアで学んだことを活かしていきたいです。また自分の子どもだけでなく、身内や友人の子どもたちなど周囲の人たちにも活かせたいと思います。

谷口さん、ありがとうございました。一般的なマッサージとは違い、チャイルドケアでは「温める、愛でる、ほぐす」という意識でタッチケアを行うのですが、意識が変わるだけで触れ方も変化します。レッスン2の「手で体を洗っていただく実習」でも、洗うという行為以上にいろいろな気づきを得ていただけるのではないのでしょうか。ぜひお試しください。次のレポートも楽しみにしています。

チャイルドケア本部



Childcare Life

MC会員の皆さんのチャイルドケアライフをご紹介します。
何気ない日々からたくさんの「気づき」がありますね。
皆さんのチャイルドケアライフも募集します。
会報誌またはHPやSNSでご紹介しますので、
ご自身のInstagramで、チャイルドケア共育協会と
ハッシュタグをつけて公開投稿してください。



▲
チャイルドケア
Instagram



Keiko Kayahara

萱原恵子 CCI

こんにちは。寒い日が続いていますね。
風邪やインフルエンザが気になる頃ではないでしょうか？
私は毎日マヌカハニーを食べています。
マヌカハニーには特有の殺菌成分を含むだけでなく、インフルエンザウイルス
を不活性化させる効果があるそうです。
オススメは、マヌカハニー入りハーブティー。エキナセアとレモンピールのブレ
ンドティーにマヌカハニーをスプーン1杯入れます。レモンピールを多めにすると、
エキナセアの苦みも抑えられて、レモンティーのようなお味になるので、子
どもたちにも好評です。ちなみに、マヌカハニーの殺菌力は、虫歯菌ミュータ
スなどの細菌の抑制にも効果があるそうで、就寝前の息子たちにティースプ
ーンでそのまま食べさせています。普通のハチミツよりクリーミーで食べやすい
ので、ぜひ召し上がってみてください。

#自然療法 #自然素材 #ハーブティー #予防&習慣
#CCI #加盟校クローバーアロマハウス



Misaki Yamada

山田未沙紀 CCI

いくつになっても粘土遊びが好き♥ 大人になってもやっぱり夢中になってしま
う♪子どもたちとコネコネベタベタギュッギュッ♪

混ぜ合わせるの ●小麦粉 ●オリーブ油 ●塩 ●お水

子どもたちそれぞれ好みの柔らかさがあるので、分量は計らず混ぜながら手の
感覚。最近スライム作りに夢中になっている息子の絵の具も加わり、何とも色鮮
やかな小麦粉粘土たち。スイーツ好きが集まっているので、自然とできあがる
ものは甘くておいしそうで食べたくなくなっちゃうものばかり(笑)。
お父さん帰ってきたら本物と間違っちゃうかな？ 指先を使って夢中になってい
ると不思議なくらいに次々ひらめく楽しいこと♪ 色んな世界が広がってワクワク
させてくれる。子どもたちの目はキラキラ☆ こういう時間だ〜いい好き♥

#小麦粉粘土 #手遊び #感性を磨く #ふれあいとタッチ
#親子のコミュニケーション #CCI #加盟校 にじいろ広場



Satoko Nakayama

中山聡子 CCC

我が家の土遊びは体全身で土を感じる。
息子や娘は土遊びが始まれば即靴を脱いで裸足で土の中にダイブ!!
母としては洗濯物があゝ、と思ってしまうがちですが(笑)。
でもここは思いっきり、子ども達が思うがままに!
納得いくまで遊ぶことを全うさせます。なので、1歳の娘なんかは土の上に寝
転んだり、土の穴に頭を突っ込んだり、頭から全身もう土だらけ。でも、子ども
達は本当に楽しそうでとってもいい表情をしています。お家遊びじゃ絶対見ら
れないような生き生きとした顔。
土に触れて肌で感じ、冷たさ、匂いや色。そして時には土を口にしたり。
そうやって五感を使い、心でも感じています。
チャイルドケアで自然を感じるこの大切を教えてもらい、そして子と供に母とし
て自分と一緒に育んでいけることに幸せを感じ楽しむことができています。

#自然療法 #育児と育母 #ふれあいとタッチ #感性を磨く
#フットケア #CCC

チャイルドケア 特別イベント

第1弾 チャイルドケアのベビータッチ講座

4/13(土) in アトリア(東京・参宮橋)

チャイルドケアのタッチケアのベビー対象講座です。触れ方やコミュニケーションの取り方を覚えて、お家で楽しく気持ちよいタッチケアを始めましょう！

■内容: ベビータッチケア(ホホバオイル使用)[定員: 各8名]

①生後2ヶ月～11ヶ月(つかまり立ちくらい)対象 11:00～12:00 60分

②生後12ヶ月～1歳11ヶ月(あんよの月齢)対象 13:30～14:30 60分

※WEB講座や動画配信のために、当日のワークショップの様子を撮影します。ご理解のうえご参加ください。

■講師: 松本美佳

■費用: MC会員1,800円/JAA会員2,000円/一般2,500円

■持ち物: 日本手拭い、バスタオル/フェイスタオル各1枚、除菌ウェットティッシュ
服装は動きやすい服装でお越しください。

第2弾 いのちと魂のこと

「かみさまとのやくそく」上映会&池川明先生のお話会

7/27(土)in アトリア(東京・参宮橋)

胎内記憶のドキュメンタリー映画「かみさまとのやくそく」の映画上映と、胎内記憶の研究の第一人者であり、この映画に出演されている池川明先生をお招きして、お話会を開催します。

映画上映の前は、松本美佳先生とランチをしながら交流会の時間を設けました。

いのちのこと、魂のことを一緒に考えてみませんか？

松本美佳先生とのランチ交流会

■時間: 11:30～12:45

■ランチ代: 1,200円

第1部 胎内記憶のドキュメンタリー映画「かみさまとのやくそく」上映会

■時間: 13:00～14:40

■費用: 1,500円

第2部 池川明先生のお話会

■時間: 15:00～16:30

■費用: MC会員3,000円・JAA会員3,500円・一般4,000円

<お申し込みについて>

お申し込みは開催2週間前までにお願いします。お電話またはJAAHPにてお申し込みください。

TEL: 03-5928-3100 / <https://jaa-aroma.or.jp/event-and-seminar/>

キャンセルは、その開催日の1週間前(土日祝を除く)までとします。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。

お振込み先

- 三菱UFJ銀行 池袋東口支店 普通 1920305 または
- 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

※会場は変更となることがあります。 ※催行人数10名に満たない場合は、延期また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。

INFORMATION

横浜北仲マルシェでチャイルドケアのワークショップをしよう！ ワークショップの参加者募集！

日本最大級の都市型マルシェ「横浜北仲マルシェ」。

毎月第3土曜日と日曜日の2日間、馬車道駅すぐの北仲第2公園一帯で行われています。各地の野菜やこだわりの加工品など、100店舗が全国から集まっています。子どもたちが販売をおこなう「キッズマルシェ」も毎回行われています。来場者も大変多く、親子連れの来場者が特に多いのも特徴です。

気候もよくなってくる5月に、この横浜北仲マルシェで、チャイルドケアのワークショップを行うことになりました。みんなで楽しく参加しませんか？ ワークショップの内容も、ご参加いただく皆さんと一緒に考えて、動いて、決めていきたいと思います。きっと地域の活動にも役立つはずです。

ご興味がある方は、チャイルドケア本部まで是非ご一報ください。

- 開催日時：5月18日(土)、19日(日) 両日とも10:00～16:00
※日程は土日どちらかになる可能性もあります。
- 会場：横浜北仲マルシェ (JR横浜市営地下鉄桜木町駅／みなとみらい線馬車道駅)
- 締め切り：3月8日(金)
- 応募先：E-mail kitanaka@childcare-jp.com
- 参考：横浜北仲マルシェ <http://www.yokohama-kitanaka-marche.jp/>



＝松本美佳先生監修＝

「チャイルドケア1day講習会シリーズ」レジメ&修了証付き

ファイルNo.3 チャイルドケアのハーブティー講座

ハーブティーの楽しみ方をさまざまな手法でご提案します。ハーブティーの基本的な飲用方法、そのハーブティーの茶葉を利用したスキンケアの方法やクラフト制作など、ハーブティーを幅広く楽しむ方法を提案します。

- 開催日／会場
 - ◎6月1日(土)東京都豊島区 池袋駅東口徒歩5分
 - ◎6月15日(土)大阪市内指定会場
 - 持ち物 フェイスタオル、筆記用具
 - ◆第1部 講座編 13:30～15:00(作ったクラフトはお持ち帰りいただけます。)
 - ◎受講料 MC会員・チャイルドケア受講生3,500円/JAA会員4,000円/一般4,500円
 - ◆第2部 指導編/修了証付き 15:15～17:00
 - 第1部の内容を指導していくために必要なノウハウをレクチャーします。
 - ◎受講料 MC会員7,000円/チャイルドケア受講生9,000円
- ※第1部の内容を今後ご自身で指導していかれたい方は、必ず第1部と第2部にご参加ください。

INFORMATION

会員サポート講座

チャイルドケアHPでは、会員サポート講座を開講している加盟校を掲載しています。
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か？
下記の内容の他にも、学習するうえでさまざまな情報を発信しています。



▲
チャイルドケア
ホームページ

- スクーリング基礎編 チャイルドケアの7つのコンセプトを深めよう！
◎受講料 MC会員・CC受講生・JAA会員・JAS生3,000円／一般4,000円
- ベビータッチケア入門講座 ねんね～おすわり編
- チャイルドケアのタッチケア お手玉＆手ぬぐい編
◎ともに受講料 MC会員・CC受講生2,500円／JAA会員3,000円／一般3,500円

年会費についてのお知らせ

皆様の年会費の振替予定額をJAAHPからご確認いただけます。 <https://jaa-aroma.or.jp/>

<振替予定金額の確認方法>

6月の振替日は6月6日(木)となります。

対象者の振替予定額は「会員専用ページ」よりご確認いただけます。

JAAHPトップ > アロマコミュニティ > 会員専用ページ

■会員専用ページ ログイン名「seikaiin」 パスワード「JAAaroma」

ログイン後「会員更新・年会費検索ページ」をクリック、「生年月日」「会員番号」を入力いただくと、「お名前」「振替日」「振替予定金額」が表示されます。

※検索にご利用いただく「会員番号」は、会報誌の宛名ラベルのお名前の下の番号を使用致します。

※協会に「生年月日」のご登録がない方は「11111111」で登録されています。

【ご案内】

◎MC年会費の検索には、「3」から始まる12ケタの番号をご入力ください。

◎その他JAA会員年会費の検索には、別途「9」から始まる7ケタ、または12ケタをご入力ください。

■情報の確認時期

振替予定金額が確認できる時期、また振替指定金融機関の変更締切日は以下となります。

振替日	情報確認の可能時期	金融機関の変更締切日
2月6日の方	12月1日～	12月20日
6月6日の方	4月1日～	4月20日
10月6日の方	8月1日～	8月20日

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3月上旬郵送)。更新をされない方は、次号より本誌Pee Ka Boo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)

18CCD101/18CCD102/18CCD103/CC18-1/CC18-2/CC18-3/CC18-4

日本アロマコーディネーター協会 チャイルドケア本部 チャイルドケア共育協会準備委員会

〒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: <https://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