

No.002
(2015 年 2 月 10 日発行)

KARADAJUKU[®] TSUSHIN

からだ塾
通 信

からだのことをもっと知りたい!
からだ塾のこともっと知りたい!! 人のためのマガジン創刊



Karadajuku
Tsushin

特集 バレンタイン特集 「We♥TAKESHI」

Happy Valentine!

TAKE
FREE!



ITECの本試験が
修了しました!





Lomi Lomio TSUSHIN

講師: 関野実麻 (せきのみお)

『オイル施術において心掛けていること』
— ITEC 認定試験を終えて—




こんにちは。オイル講座担当の関野です。受講生さんの中にはオイルセラピストも大勢いらっしゃいますが、今回はその中で気をつけていること、心がけていることをお伝えしようと思います。まず必要だと思うのは、セラピスト自身がオイル施術を受けること・行うことがとにかく好きであるという事です。『オイルの良さ』はそうしてはじめて伝えることができるのだと思いますし、私もいつもいろんなところに施術を受けに行っています。次に、姿勢です。「オイル」=『密着』『流れ』『連続性』ですが、さらに『美しい姿勢』をポイントにすべきでしょう。「美しい姿勢」=「身体の使い方が上手」ですし、講座では生徒さんの技術チェックをしますが、姿勢を見るだけでもその方のクセや問題点が分かります。

三つ目に、『ドレーピング (タオルワーク)』です。オイル施術では、露出部分を最小限にしないといけません。タオルのめくり方一つ取ってもお客様への伝わり方が変わります。意外と苦手な方が多いので、こたわって指導しています。そんな中、先日マジックハンズ・セラピストアカデミーでは ITEC 認定試験が行われました。ITEC 試験は、本国英国から試験官が来日して試験が行われます。筆記はもちろん、通訳を通して実技試験中の口頭試問が行われます。試験当日は、




試験官の Poon 先生 (左から 3 人目) と講師の皆様



16 年前の ITEC のディプロマ


生徒たちは緊張でガチガチに硬くなっていましたが、日頃の練習や努力の成果を発揮できたものと思っています。結果はまだ先ですが、試験官から高評価を頂きました (ハッ)

実は私もちょうど 16 年前に ITEC 試験を受けています。当時は試験が筆記式 (現在は選択式) だったり、図もたくさん書くなど (おかげで今は得意です!)、今とは違う点も多くありますが、勉強はとても大変でした。あれから 16 年、まさか ITEC の講師を行うことになるとは思っていませんでしたが、試験で問われることは 16 年前と全く変わっていないのです。それが、冒頭の『心構え・立ち振る舞い』『身だしなみ・姿勢』『タオルワーク』なんです。技術は進歩していますが、本当に大事なことは今も昔もこの先も変わらない・・凄いと改めて実感しています。(関野)



u-bal からだ塾 上原のコラム

u-bal からだ塾代表:
上原健志 (うえはらたけし)



『強さの上手な聞き方』

さて、今回は『的確なマッサージの強さ』についてお話します。皆様は、お客様に強さを聞く時、どのように聞いていますか?

『強さ、いかがですか?』

以前、私はこのように聞いていました。これに対して、ほとんどのお客様は『大丈夫です』と答えてくれるのですが、本当に大丈夫なのか、いつも不安でした。と言うのも、スタッフ同士で練習しあう時などは、強弱に何かしらの指摘をいつも受けていたからです。

何が違うのだろう・・・考えてみれば、美容室で鏡を後ろで持たれて『どうですか?』と聞かれ、「もう少しこうして欲しいのに・・・」と思っていて


もついつい「大丈夫です」と言ってしまうあの感覚と似ていますよね。文句をつけるようで、言いにくいのだと思います。

そこで、言い方を『もう少し強めましょうか?』に変えてみました。

そうすると、「はい、お願いします」「いや、これでちょうど良いです」・・・面白いほどお客様が注文をつけてくれるようになったのです。


美容師さんに『もう少し切りましょうか?』と聞かれた方が、お願いしやすいですよ。

お客様は気を遣うものです。聞き方を工夫して、なるべく本音を聞き出せるようコミュニケーションを取っていきましょうね。(上原)



u-bal からだ塾の からだのはなし

痩せやすい体になる カンタンな方法?!



お正月太りがまだ解消されてない人もいるでしょうこの時期。

痩せたければカロリーをどんどん燃やす代謝のよい体になるのが大切。そういう体は血液の巡りが良く温かいのです。

基礎体温を計ってみて 36℃ 以下の人は、代謝が低下している可能性が高いので要注意です。

基礎代謝を上げるもっとも手軽な方法が、「水を飲むこと」です。

「たったそれだけ?」と思うかもしれませんが血液の 90% が水分なので、水を飲むとすぐさま薄まって、サラサラ流れるようになります。

酸素は血液によって運ばれるため、血流がアップすれば脂肪燃焼もアップします。ちなみに、体が必要とする水は 1 日に「体重 × 40 ミリリットル」と言われています。体重 50 キロであれば、2 リットルの水が理想です。

水をしっかり飲むと、本来、体は温まるようにできているのです。さらに効果を高めたいならアルカリ性の水を飲むのが効果的。



③
セラピストに
❤️
会いたい
頑張っている
からだ塾生の紹介

Mau Mahalo ー名古屋ー
水野 理江 (ミズノリエ) さん

ハワイアンティストのログハウスが目印。
名古屋市中港区で双子を含む3人の小学生を
育てながら、ロミロミサロンを経営している
水野理江さん。
「からだ塾」の受講は再受講を含めると20回
を超えるベテラン受講生です。

まずは、水野さんがセラピストになられたきっかけなどを教えて下さい。
私はもともとは美容師になりたいと思っていたんですが、美容師をしていた母から反対されて全然違う仕事をしていました。その後結婚して出産。子育てをしながらパートで仕事をしていたんですが、その頃にこの業界と出会いました。それまでオイルトリートメントやマッサージなども一切受けたことがなかったんですが、ある時、フリーペーパーに載っていたタイ古式セラピーのサロンを見つけて、妹と「ここ行ってみたいね」となり、子供を寝かせてから急に受けに行ってみたんです。そしたらすごく気持ちよくて。その時、こういう仕事をやってみたい!と思いました。それですぐにタイ古式のスクールを調べたんですが、色々検索しているうちに「ハワイアンロミロミ」という言葉が出てきて、「ハワイアンロミロミって何?」ってなって。それで、「ハワイアンロミロミ」について調べてみているうちにとても興味が出てきてスクールを探したんです。実際に施術を受けたことも無いのにロミロミスクールの見学に行き、すぐに「申込みます」って(笑) その先生にも、「他のスクールも見た方が良いよ」って言われた



ディズプレイにもこだわりが伺えます

んですけど、初めに「ここ!」って思った時にもう心は決まっています。
全部で60時間ぐらいのカリキュラムでしたが、パートしながら子育てしながらの通学なので、トータル2年くらい掛かりました。
スクールを卒業して、それからしばらくは自宅でお友達にモデルになってもらって練習したり、開業準備をしたりして。
そしてついにこのサロンをオープンしたんですね。素敵なログハウスですね。オープンしたのはいつですか?
2011年の10月です。自宅敷地内に8畳ぐらいのサロンを建てたいと思って業者さんに相談したんですが、初めは「コンテナハウス」を提案されたんだけどそれはちょっと嫌で、そしたら「ログハウスはどうですか?」と言われ、気に入って決めちゃいました。

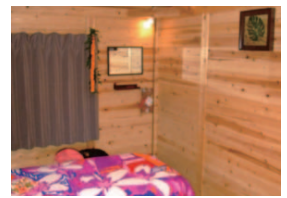
スクールでは技術は学びましたが、サロンワークは全く教えて貰ってなかったんで、先にオープンしていた友人から色々教えて貰ったりネット検索したり、その段階になって初めてロミロミのお店に施術を受けに行っただけです(笑)
それまでサロンの勤務経験もなかったんで、例えばタオルを何枚使うのか、シーツをどれくらい使うかもわからず、腐るものじゃないので初めはたくさん買いましたね。フェイシャルに使う化粧品は、わからないので大きいものを買ってしまい、使いきれずに勿体ない事をしてしまったこともありました。
当初はお客さんも少なく、お友達のサロンにお邪魔したり、サロン経営している方のblogを読んだり。ポスティングやフリーペーパーへの掲載もしました。Blogを始めてから、新規のお客様が少しずつ増えて来ましたが。あとは徐々にですがお客様がご紹介して下さい。ある程度集客できるようになってきたのは、本当に最近のことですよ。

お店のオープン直前の2011年9月、芦屋市で開催した「周産期解剖生理学講座」で初めて「からだ塾」にご参加下さったんですね。
はい。マタニティは、スクールに通っている時から絶対にやりたかったんです。自分が双子を妊娠した時に、とにかく腰

は痛いし足も浮腫む。管理入院とかもあったんですけど大変だったんですね。そういう経験があったから、何とかして妊婦さんを楽にしたいと思って。マタニティ専門サロンにしたいとも思ってたんです。スクールでもマタニティロミロミを習ったんですが、教わったのは技術だけで、理論や解剖学は学ばなかったんで、このまま施術してしまっても良いのか不安になってしまっただけ。
それでマタニティについて教えてくれるところを検索していたら、「からだ塾」が見つかった。名古屋での開催がなかったので思い切って関西の講座に行っちゃいました(笑)
初参加の朝は、石森さんのことをてっきり先生だと思いこんでいて、でも初めに挨拶して色々説明したら引っ込んじゃって、補助がお手伝いの人と思ってた人が出てきて・・・それが何と上原先生だったんです!!(爆笑)
でもそこで学んだことはとっても役に立っています。今の私のマタニティ施術は、その後受講した関野先生のマタニティオイル施術をそのままメニューにしているくらいですよ。
上原先生の講座では、「周産期」も勿論ですが、他にも「肩こり集中講座」「腰痛集中講座」で習ったことは、いまでもたくさん使っています。ロミロミ施術にもたくさん取り入れてますよ。

「お待ちしております!」

ウッディな室内に
ハワイアンテキスタイルが映えて。



水野さんは今後はどんなことをしたいですか?
今後はリラクゼーションだけではなくて、ブライダルエステなども取り入れてビューティーの方面もやってみたいと思っています。あと、マジックハンズの上原先生の解剖生理学も是非習いたいです。すぐには無理ですが、いずれ必ず受講したいと思っています。

本日はどうもありがとうございました。
(取材:石森)

SALON DATA
Mau Mahalo



静かな住宅街に現れる
ハワイアンティストのログハウスが目印

【営業時間】 11:00-20:00
【住所】 名古屋市中港区油屋町
4丁目29番地
【URL】 <http://mau-mahalo.com/>
【予約】 Tel: 080-3640-2549



たけし先生に
チョコを贈るなら...

1

『先生のことをもっと知ろう!』

Profile 上原健志 (うへはら たけし) 先生

1975年1月4日生 / 山羊座 / O型 / 東京都出身 /
立教大学卒 / 身長 169cm ・ 体重 57kg
柔道整復師、ケアマネージャー、
米国 NSCA パーソナルトレーナー

趣味：サーフィン

好きな食べ物：自然食バイキングを不自然
なほど食べること (笑)

座右の銘：30代まで→『その努力は後々の
人生のどこかで必ず役に立ってくる』

(高校時代、体育の先生に言われた言葉)

40歳になってから→『人生の折り返し地点

焦らず、慌てず、忙しい時ほど深呼吸して
全力で乗り切れ』

(40歳の誕生日に両親から送られてきた言葉)



Episode1

『家族を愛する優しいパパ』

家族との時間はどの位ありますか?どんな過ごし方をしますか?

最近は公園に出かけ遊ぶことが多いですね。息子は滑り台に夢中なので (笑) また、とにかくよく食べるので、好きなものをたくさん食べられるよう外食もしますね。

しかし、私自身休みも多くないですし、普段は夜も遅いので、正直思うように時間に一緒に過ごせているわけはありません。その分妻の負担が大きいので、出来るだけ軽くするために子供と時間をとるようにしています。



証言 A (住吉在住:iさん) 『タフな40歳』

昔からの付き合いですがタフな人なんです。若い頃から変わらず2~3時間しか寝なくても元気。僕たちは既にダウンしててもまだまだ。こっちは心配になる位です。今年40歳になって、この忙しさでも日曜の朝は趣味のサーフィンを続けてますよね!



Question



Q1: どんなチョコレートが好きですか?

値段が高いものとそうでないものの区別が付きません (笑)

今ハマってるのはこれですかね→明治『ヘーゼルナッツ ほろほろココアクッキー』

Q2: バレンタインの思い出、チョコもらったエピソードを教えてください。

中1の時に、同級生2人から『義理チョコだよ』とわざわざ言われて渡されたチョコを最後に、大学まで1つももらうことがありませんでした...共学だったのに (涙) その間はたいていサッカー部でモテる仲間の宅配便係として活躍しましたね (笑)。

Q3: 今はまっていること、楽しいことは何ですか?

ズバリ、2歳の息子です (*^*)v。その素直さやストレートな我儘さに気づかされることも多くて...親になって初めて親の大変さも知りましたが、同時に親の楽しさも味わっているという、なんとも不思議な感覚です。すっかりハマって毎日楽しいです。

Episode2

『ダイエットに成功!』

チョコを食べてもやせる?その秘訣は。

3ヶ月で10キロのダイエットに成功したそうですね。

どんなことをしていたんですか?

アラフォーともなると、以前のように簡単には体重は落ちません。従いまして、今回は基本的に食事を見直しました。中身も、量も、時間も。初めは辛かったのですが、続けているうちに食に対する好みや意識・味覚そのものも変わり、我慢していると言うよりもそれが普通になりました。結果、開始4ヶ月後には-13キロにもなっており、今は逆に少し戻している位。このように、『自分に合う』ダイエット法をみつけるのが良いことだと思います。私の場合は炭水化物を調整し、食べる順番を決め、調味料を削減しました。が、全員にそれが共通することではない...それが減量の難しいところでもあります。良し悪しよりも、自分の体をまずは知り、何を減らして何を加えるか、を理解することが重要だと思います。



Episode3

『華麗なるお腹筋』

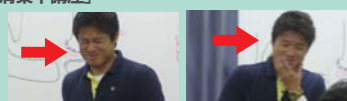
受講生さんの中でもすでに自慢されている方もいらっしゃるでしょう。こんな立派なお腹筋になれるコツは?

狙って作ったわけではないですし、自分としてはあまり良い筋肉のつき方とは思っていないのですが・身長が低いから、背伸びするためにいつもつま先立ちになっているんですかね (笑) あ、あとやはり幼いころからサッカーを日々やってきたことも大きな要因かと思います。



証言 B (南砂在住:sさん) 『ヘン顔』

黙っていればカッコいいんですけど笑。ついやってしまうんですね『ヘン顔』。毎回見慣れているのに、やっぱり吹き出します。「骨・関節・五十肩集中講座」ではヘン顔が登場します! 良い話が聞けてしかも勉強になりますよ。まだの方は是非受講してください!





私たちのたけし先生に チョコを贈るなら…

We ♥
TAKESHI



からだ塾の講座でおなじみの上原健志先生。まだよくご存知でない方もいるのでは？
たけし先生をよく知ってもらうことで次にどんな講座を受けたいのかも見えてきます。
この特集を読み込むとあなたの大切な人にチョコレートを贈るための予行練習になること間違いなし！

たけし先生に チョコを贈るなら… 2 『自分がキレイになっちゃおう！』

『チョコレートエステ』 はいかがですか？

お肌も心もハッピーになれるチョコレートに包まれるシアワセ
カカオには美白・美肌効果、脂肪分解効果・抗セルライト、
免疫UP効果に加え幸せホルモン「β-エンドルフィン」を誘発してくれます。



『チョコレート（カカオ）の効能を知る』

チョコレートは体にいいことだらけ！積極的に、上手に、取り入れましょう！



『カカオポリフェノール』

紫外線によるダメージや加齢による
肌トラブルをケアし、お肌にハリを与えます。

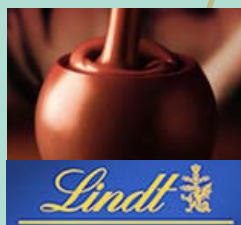
『テオブロミン』

カカオ豆独自のほろ苦い香り成分。
心と体をリラックス
させる効果があると言われています。

チョコレートは消化が良く、すべての血液中成分に吸収されやすい食べ物です。
カカオ豆にはカロチンとビタミンB群、C、D、Eなどの成分が豊富に含まれて
いるだけではなく、他にもマグネシウム、カリウム、鉄およびフッ素が含まれます。
タンニンとビタミンEが含まれ、抗酸化作用が強く、アンチエイジングが期待できます。
そして食物繊維が豊富！タンニンが腸内環境を良くし、食物繊維が排便を促進します。
チョコレートは健康に良い成分がバランス良く含まれているのです。

『チョコレートランキング』

からだ塾の独自調査でアンケートを行いました。その結果は…
「高級ブランドチョコ」と「庶民派チョコ」に大きく分かれました！
ブランド名を覚えて来年のお買い物の参考に。



「高級ブランドチョコ」
ランキング

GODIVA
Belgium 1926



- ① ゴディバ
- ② リンツ
- ② ジャン ポール エヴァン

ほか・ル・ショコラ・ドウ・アッシュ

- ・ビエールマルコリーニ
- ・レオニダス
- ・ガトーラスクハラダ
- ・ビエールエルメ



「番外編」

みなとみらい
「バニラビーンズ」の
生チョコサンド

たけし先生に チョコを贈るなら… 3 『チョコレートに詳しくなろう！』



① 小枝

② ダース

「庶民派チョコ」
ランキング

- ほか・アルフォート
- ・ガルボ
 - ・キットカット
 - ・チロルチョコ（きなこもち）
 - ・ブラックサンダー



「番外編」

阪急うめだ本店
「バトンドール」の
高級ポッキー

手温（しゅおん）ー静岡市ー

吉尾 賀代（ヨシオ カヨ）さん



半年先まで予約がいっぱいのサロン！

登呂遺跡の近くで自宅サロンを経営する吉尾賀代さんは、2011年の初受講以来、静岡や浜松の東海講座の他、大阪や東京にも足を運んで各種講座を受講して下さっています。

④
セラピストに
会いたい
頑張っている
からだ塾生の紹介

吉尾さんがこの業界に入られたきっかけを教えてください。

私には双子も含めた 3 人の男の子がいるので、とにかく子育て中心の生活だったため、なかなか会社勤めというのは難しくて、できれば個人でできる仕事がしたい、そして人のために何かをしてあげられる仕事をしたいと漠然と思っていました。そんな時、偶然同じ日に「リンパ」という文字が 3 回も目に飛び込んできて。「これだ!」と思って習い始めたんです。そこが原点で、今では自宅でサロンをやりながら、一般の方向けのリンパの講座や、セラピスト向けの養成講座もしています。

吉尾さんと初めてお会いしたのは 4 年前ですが、お変わりなく若々しい、むしろ若返った感すらありますが（笑）、その秘訣は？

48 歳の時に股関節を痛めたんです。施術していても本当に痛くて、でもお客様には言えず辛くて。からだを変えていかないと、今後長く施術ができないうって思って。からだ塾に参加した時に上原先生からも「吉尾さん、大腿筋膜張筋が棒みたいで固いし、お尻の筋肉が全然ないですね」って言われて。それで、トレーニングするためにジムに通い始めたんです。息の長いスポーツ選手、例えばイチロー選手や山本昌投手もやっている「初動負荷トレーニング」というのをしています。ただがむしゃらに筋トレをするのではなくて、無駄な動きをせずに、しなやかな動きや可動域を作るトレーニング。それを週 6 回しています。トレーニングに行くこと自体が私にとってはとっても心地よい。空いた時間に通うっていうよりは、どんなに忙しくても、例え 15 分でも必ずジムに行ける時間を作るように心掛けています。今では、施術で疲れた時こそ「ジムに行きたい〜!」って。結果的に、トレーニングを始めた 48 歳の頃よりも、51 歳の今の方が断然体調が

良いんですよ。身長も伸びたし（笑）

自分がからだを動かすことで、人の動きがよくわかるようになり、例えば肩甲骨の寄せ方や歩き方など、お客様に宿題やアドバイスも与えられるようになって。

「筋肉集中講座」で脳と筋肉の促通の話が出るけど、こういうトレーニングをしていると、自分自身が普段使えていない筋肉がわかったり、脳と促通していない筋肉があることもよくわかりますよ。

「集客が難しい」というお声を聞くことが多い中、吉尾さんは半年先の予約が埋まっているような状況と伺っていますが、ご自身はその秘訣がどこにあると思いますか？或いは何かきっかけは？

そうですね・・・、正直全然わからないです（笑）。私は名刺も作っていないし、看板も出していないし、何で私のところに?という思いが常にありますが、自然とご紹介して下さる方が居るんですよ。今みたいに忙しくなったのは 3 年前からなんですが、その年は実は辛い出来事がたくさんあった年で。

人に頼まれて、病室に出張施術するようになった 83 歳のおじいちゃんは、私が通うようになってから、ごはんが食べられるようになったり、歩けるようになったりと改善があったんだけど、難しい心臓の癌で結局亡くなってしまって。あとで聞いたらかなり大きな会社の会長さんだったらしいんだけど、私と一緒にのときは気さくに何でも話せる仲良しみたいな感じで。

亡くなる 2 日前に施術した時、帰り際に私を抱きしめてくれて、「あなたは、私にできた最後のともだち」って言ってくれたんです。私の手のお蔭で、おじいちゃん

んとお友達になれたのはとっても嬉しい事でしたが、その分別れがとっても辛くて。

同じ頃、私が仲良くしていたお友達もやはり癌で亡くなったんです。初めに彼女のからだの異変に気付いたのは施術していた私の手で、「病院に行った方がいいんじゃない?」と伝え、検査した結果入院になっちゃって。その子が息を引き取る直前まで側にいて最期を見届けたんだけど、以前からずっとからだに触れてきて、それこそホクロの場所から傷の痕までわかっている子が目の前で亡くなったことが本当に辛くて。その時は「もう辞めたい」って本気で思いました。でもお葬式の時に、その子のお友達やお知り合いが、『「マッサージとっても気持ちいいんだ!」っていつも喜んでたんですよ』って伝えてくれた時に、「やっぱり頑張らなくちゃ」って。そして、そんな風に伝えてくれた彼女の友人達が、やがて私のところにお客様として来てくれるようになり、そしてさらにたくさんの方を紹介してくれて。亡くなった彼女が、たくさんのお客様を連れてきてくれたんです。

きっかけとは違うかも知れないけど、3 年前が一つの転機だったと思います。

亡くなっていく人たちが私にたくさんのお愛をくれて、私はそれを力に精一杯やっています。



あらためて、吉尾さんにとっての「からだ塾」は？

私の施術全てかも（笑）「からだ塾」で習ったことは帰ったら必ずすぐに試すし、施術にどんどん取り入れています。からだ塾で学んだ内容や手技が、帰ったらちょうど現場で待っているんですよ。殆どの講座を再受講してるんですけど、内容が前回より更に深くなっていることもあるし、また新たな気づきや発見が必ずあるんですよ。だから、今後も来続けますよ（笑）

はい、是非お待ちしております（笑）今日はありがとうございました。（取材：石森）

SALON DATA

手温（しゅおん）

リンパやセラピスト養成講座も開催する
半年先まで予約がいっぱいのサロン



【住所】 静岡市駿河区登呂1-20-20

【予約】

shuon-12.12-okayo-0_position
@docomo.ne.jp

Tel: 090-2135-9858

be a therapist! / 「更年期セラピー講座」の金子洋子先生による
セラピスト学 ベーシック

第2回

あなたが使うお金『支出』? 『投資』?

あなたが新しい技術を学ぶ時、その受講料は支出ですか?

あなたの答えで独立開業型か、お勤め型か、ここで分かります。

受講料は、支出か投資か。もちろん投資ですよ。簡単な答えでした。独立開業する人、すでにしている人にとっては、当然、その技術や知識は、全て自分の糧となり、成功するのだから、間違いなく投資です。

でも、技術だけ習って、開業の仕方がわからなくて、結局、何もできない状況なら、それは支出です。

では、いくら投資しますか?

10,000 円?
100,000 円?
1,000,000 円?



でも投資額が大きいかいほど、リターンは・・・大きいわけではないんですね。残念ながら。

あなたが、技術を身に付けようとする時、お客様の顔が目に浮かびますか? 「なんとなく面白そうだから受講しよう」と言

うのものもあるかも知れませんが、

やはり〇〇さんの為に!

●●さんの、あの身体の悩みを解消してあげたい!

そんな具体的な気持ちで、技術の習得を助けてくれます。

そして、確実に習得した技術を使う機会があれば、あなたの投資は生きるんですよ。

あなたがサロンで生かせる技術なら、1,000,000 円だって惜しくない!

そんな気持ちで、臨んでみては?

せっかくの大切なあなたの「お金」ですから、キチンと投資して、成功しましょう。

金子洋子
Yoko Kaneko

リンパドレナージュセラピスト

- ・ u-bal からだ塾講師
- ・ マジックハンス・セラピストアカデミー講師
- ・ タイド・リンパカレッジ代表
- ・ 日本リンパドレナージュ環境協会インストラクター認定資格



受講生インタビュー 第2回

ニュースな受講生たち

東京都：秦 麻美 (はた まみ) さん

Q1: 初めてからだ塾に参加したきっかけは? からだ塾生になる前にも勉強されていたことはありますか?

当初は具体的なビジョンがないまま漠然と解剖学を学びたいと思っていて、雑誌セラピストで「u-bal からだ塾」の講座を知りました。リフレクソロジーをきっかけにこの業界に入り、その後短い期間ですが東南アジアでボディワークを勉強していた経験があります。

Q2: 現在のお仕事の内容は? また、からだ塾を受講している時に参考になったことや今までの経験が活かされたことはありますか?

化粧品会社でリラクゼーションサロンのマネージメントをしています。今の会社に入る前に建築系の専門学校

で学ぶ機会があり、そこで色彩や福祉住環境コーディネーターの資格を所得しました。サロンの図面の確認や内装造りに役立っていますし、ユニバーサルデザインを学べたことは本格化する高齢化社会を迎えるにあたって今後役立つことが増えると感じています。

からだ塾での学びは仕事の全てに影響しています。直接的に役立つ学びはもちろんですが、上原先生の志に触れたことが非常に大きいです。

Q3: 家庭と仕事の両立、からだ塾の受講、MHTA でも解剖生理学を学んだり。どんな毎日を送っていますか。元気の秘訣を教えてください。

2歳になる娘がいるのですが、今は日々の変化(進化?)がおもしろくてしかたありません。子育てをするようになって人は一人では生きられないと強く感じる機会が増えました。子育てと介護は家族だけではなく地域社会での取り組みにもっともっとシフトして行くべきでしょうし、企業や国の支援のありかたにも大きな変化が必要だと

思います。もちろん夫や母、仕事仲間には多大な感謝をしています! 元気の秘訣のひとつは学べること、学びを共にする仲間がいることです。

Q4: 職業人として・セラピストとして今後のビジョンを聞かせてもらえますか。

これからの世界がシックケアからヘルスケアの時代に本格的に移行していく中で、自分の果たせる使命にしっかりと向き合いたいと考えています。2020 年までは「とにかく行動する」が私の目標です。u-bal からだ塾の塾生でいられることは私にとっての大きな原動力であり誇りです。

【秦さんのプロフィール】

夫、娘、猫2匹の5人(?)家族。朝から晩まで働く東京在住のサラリーマン。QOLの追求がライフワークです。



「からだ塾って大丈夫? 胡散臭くない?」という思いを抱きながら来られる受講生さんも決して少なくないと思います。そういう不安を取り除き、安心して知識や技術をお持ち帰り頂くこと、前向きなセラピストの皆さまに寄り添ったサービスを提供すること、私たちの大事な使命だと思っています。(石森)

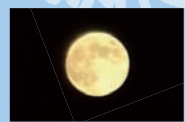
■「からだ塾」って大丈夫? 胡散臭くない? という思いを抱きながら来られる受講生さんも決して少なくないと思います。そういう不安を取り除き、安心して知識や技術をお持ち帰り頂くこと、前向きなセラピストの皆さまに寄り添ったサービスを提供すること、私たちの大事な使命だと思っています。(石森)

■「からだ塾」って大丈夫? 胡散臭くない? という思いを抱きながら来られる受講生さんも決して少なくないと思います。そういう不安を取り除き、安心して知識や技術をお持ち帰り頂くこと、前向きなセラピストの皆さまに寄り添ったサービスを提供すること、私たちの大事な使命だと思っています。(石森)

■「からだ塾」って大丈夫? 胡散臭くない? という思いを抱きながら来られる受講生さんも決して少なくないと思います。そういう不安を取り除き、安心して知識や技術をお持ち帰り頂くこと、前向きなセラピストの皆さまに寄り添ったサービスを提供すること、私たちの大事な使命だと思っています。(石森)

■「からだ塾」って大丈夫? 胡散臭くない? という思いを抱きながら来られる受講生さんも決して少なくないと思います。そういう不安を取り除き、安心して知識や技術をお持ち帰り頂くこと、前向きなセラピストの皆さまに寄り添ったサービスを提供すること、私たちの大事な使命だと思っています。(石森)

■「からだ塾」って大丈夫? 胡散臭くない? という思いを抱きながら来られる受講生さんも決して少なくないと思います。そういう不安を取り除き、安心して知識や技術をお持ち帰り頂くこと、前向きなセラピストの皆さまに寄り添ったサービスを提供すること、私たちの大事な使命だと思っています。(石森)



東京セミナールーム周辺の
美味しいものや楽しい所を紹介します

【第2回】 亀戸ぎょうざ (錦糸町店)

本店は亀戸にあります、この界隈では有名な「亀戸ぎょうざ (錦糸町店)」。

錦糸町南口の丸井の裏手にあります。カウンターのみの年季の入った店内と、そして見よ! この外観 (笑)。かなりの汚なシュランぶりで、油のこつてりつといた看板に初めての方はひるみますが、大丈夫! 店内へ。以外と女性客が多いんですね。そしてやっぱり美味しい。小ぶりのパリパリとした食感でスタンダードな感じ。5個ひと皿としてカウントします。定食は餃子10個なのですが、時間差で焼きたてを5個ずつ出してくれます。カウンターの中で佇む若旦那とおばちゃんがニコニコと見守っています。



写真提供: 受講生 H さんより

事務局モリモリの
セラピストを
詠む その2

事務局:
石森啓之



【客観性とバランス】

からだ塾スケジュール <2015年>

お申込は HP をチェック <http://www.u-bal.com/> 受講申込 /

【東京】2/16(月)『オイル施術デビュー講座』『腕と肘だけを使う6つのオイル手技』

【静岡】2/17(火)・18(水)『パーソナルストレッチ 2days』

【東京】2/23(月)・24(火)・25(水)『オイルトリートメント講座』

【那覇】2/24(火)『腰痛集中講座』25(水)『骨・関節・五十肩集中講座』

【東京】2/28(土)『マジックハンズ・セラピストアカデミー』二次募集願書締切

【東京】3/2(月)『筋肉講座』3(火)『腰痛講座』4(水)『機能解剖学』

【大阪】3/3(火)・4(水)『更年期セラピー』

【名古屋】3/10(火)スタート、『認定リメディアルセラピスト養成講座(全6回)』

【東京】3/9(月)『オイル施術デビュー講座』『腕と肘だけを使う6つのオイル手技』

【鹿児島】3/9(月)『筋肉講座』10(火)『腰痛講座』11(水)『機能解剖学』

【広島】3/17(火)『腰痛講座』18(水)・3/19(木)『上原式指圧応用特講』

【東京】3/20(金)『マジックハンズ・セラピストアカデミー』最終募集願書締切

【東京】3/23(月)・3/24(火)『基本に戻るフェイシャル講座 2days』

【大阪】3/23(月)『筋肉集中講座』

【大阪】3/24(火)『腰痛集中講座』

【大阪】3/25(水)『からだを分析するスペシャリストになる!機能解剖学』

【静岡】3/26(木)・27(金)『更年期セラピー』

【東京】4/7(火)・8(水)『上原式指圧応用特講』

【札幌】4/21(火)・22(水)『上原式指圧応用特講』

oni hia~ soto!
fuku hia~ uchi!



からだ塾の講座報告

2014 年の締めくくりは「忘年会」でした。昨年はマジックハンズ・セラピストアカデミーが誕生した年。パースデーケーキでお祝いをしました。そして 2015 年も始まりでしたね!今年のからだ塾はさらに内容充実、新たな講座もスタートします!1 月は名古屋、福岡、大阪講座とパワフルに開催。特に大阪講座、賑わっていました!



編集後記

からだ塾通信編集部・事務局 井出笙子

いかがでしたでしょうか。「バレンタイン&たけし先生特集」。
我々が上原先生。本当はもっと紹介したいエピソードが山ほどありましたがご紹介できませんでした。追加でお聞きしたい場合は何らかのからだ塾の講座にご参加いただくと(たとえば3 days 講座の2日目は)懇親会を開催することがあります。その飲み会の席で面白いお話を赤裸々に語っていただくことができるかもしれません(笑)。
上原先生のお茶目な一面が垣間見えるエピソード
番外編:うへはら整骨院でいつも診療している患者様にバレエスクールの先生が。その日、チュチュを持って来ていたのを見て上原がすかさず試着をせがみました! どうでしょうこの嬉しそうな顔!



次号のおしらせ

次号は 2015 年 4 月 10 日発行です。「新年度特集」!4 月から新年度をスタートする人も多いはず。学校、お仕事...その流れでお花見もしちゃいましょう。

- ・u-bal からだ塾 HP にもこの「からだ塾通信」バックナンバーがデータでアップされます。みなさん楽しみにしてくださいね。
- ・情報掲載希望者を募ります。皆様のサロンや職場で求人募集!やイベントの告知、ボランティア、モニター様の募集など。詳しくは編集部までご連絡ください。

 **Magic Hands**
THERAPIST ACADEMY
www.magichands-ac.jp
マジックハンズ・セラピストアカデミーは
英国の国際ライセンス ITEC が取得できる認定校です

2015年4月生募集中!!

2015年4月スタートの募集要項が発表されました。詳しくは HP をご覧ください。パンフレットをお送り致しますので興味のある方はご連絡ください。

Tel : 03-6659-6567 事務局井出まで

主な資格取得コース

- ・ITEC 解剖生理学
- ・ITEC ホリスティックマッサージ
- ・ITEC フェイシャルスキンケア
- ・ITEC ストーンセラピー
- ・ITEC リンパドレナージュ

 **ITEC**
International Therapy
Examination Council
www.itecworld.co.uk

Aromatherapy & Relaxation Space
Natural Harmony
the essence for your natural lifestyle

2/2,3 ITEC の本試験が修了しました!

輝かしい、第1期のマジックハンズ・セラピストアカデミーの生徒の皆さんが本試験を終え、卒業しました。辛かった勉強をみんなで励ましあいながら乗り切って、終わってみれば優秀な結果を残す精鋭たちでした。



自己採点中。むむむ...



みなさんお疲れ様でした♡



終わってスッキリ
豆まき!



発行/u-balからだ塾: 東京都墨田区江東橋2丁目2-3 錦糸町丸山ビル2階(隔月・偶数月10日発行)

お申込み・お問合せは「u-balからだ塾 事務局」まで <http://www.u-bal.com> Mail: info@u-bal.com Tel: 03-6659-6568 Fax: 03-6659-6569