

## Sole to Soul セミナー「リフレクソロジストとしての自分を磨く」勉強会に参加して

小笠原英晃

「リフレクソロジーのブームは終わり、これからはその真価が問われる。クライアントに対してどう接するか——そこで人間としての成熟度が問われるでしょう。他人に触る前にまず自分の体と心に触る。それがしっかりできて、初めて人に触れるのではないかと思います。私自身、まさにその作業をしている最中です」。

去る6月7日に行われた「リフレクソロジストとしての自分を磨く」をテーマとしたSole to Soul セミナー（勉強会）の主催者、荻野麻里さん（ARCB認定リフレクソロジスト）は、会の開催に当たってこう述べた。単に技術的なスキルアップではなく、人としての内面を磨ききっかけになれば——そう思った荻野さんが、自身のスクールの卒業生だけでなく、国際リフレクソロジスト協会の大会で知り合った知人や、他の自然療法を実践している人たちに声をかけたことから、今回の開催となった。その一部をかいつまんでお伝えしよう。

最初の講師は、医師の上田裕美さん。演題は「癒しの医療」。四児の子育てをしながら、多くの医療機関にて、外科、麻酔科、救急医療、ペインクリニック、在宅医療、老人医療、産業医、校医を勤める傍ら、代替医療、自然医療、臨床心理学などを学んできたという上田医師。学んだ代替療法は、アーユルヴェーダーを機に、黒目の反射区を読み取るアイリトロジー（眼球虹彩検査）、世界の医療現場で活用されているホメオパシーなど。内科・麻酔科の治療と併せてそれらを統合的に用いながら患者に寄り添う「虹のクリニック」を6年前に立ち上げ、ホリスティックな医療を提供している現状について語った。「大事なものは患者さんとのマッチング。これからの医療は本人の治癒力を高めるためのスイッチを入れることが大事。施術は専門家に任せるのがいい」と、患者が癒されるベストな方法を提供する必要性と、医師とセラピストとの連携の大切さにも触れた。

続いての発表は、リフレクソロジストの矢澤真紀子さん。矢澤さんは荻野さんに師事し、2005年、八王子に「Reflexology del sole」を開業。一般施術のほか、幼稚園や親子の会などでセミナーを開催している。その一環として「親子で取り組むリフレクソロジー・軽度発達障害児へのリフレクソロジー」の実践結果報告を行った。親子の取り組みではごっこ遊びから始め、段階的なセッションを行う。足でモノをつかんで感覚を研ぎ澄ませるから、お母さんとペアになって足型を書いた紙を子供に渡し、お母さんが刺激した場所を当てるなど、徐々にリフレクソロジーの手技に入っていく。発達障害児に対しては、明星大学教育学科の協力を得て親子を対象に実施してデータを集積。音楽療法の後、青竹踏みから始め、足裏を介した親子間のスキンシップやコミュニケーションをはかる。結果は子供の睡眠の質や時間が改善し、態度も穏やかな安定がみられたという。「お母さんたちが一番気になっているのは子供の落ち着きがないこと。アンケート結果では全員リフレクソロジーをやってあげたいとの回答を得ているので、今後につなげていきたい」と矢澤さん。

荻野さんは、「リフレクソロジーによるあらゆる症状への効果」と「リフレクソロジーに

よる自律神経への作用」実験結果報告。脳梗塞を発症した女性が両手足のリフレクソロジーを開始し、週1回～2週1回続けたところ、当初は自力で歩けず、言葉も出ずに感情の起伏が激しかったのが、3年後に杖で歩行可能になり、表情も明るく穏やかになって夫へのリフレクソロジーも開始。夫婦になごやかな空気が流れはじめた。また、自然妊娠が判明した女性が、2週に一回リフレクソロジーを続けたところ、つわりが楽になり、妊娠中期には仕事の疲れや足のむくみが解消、後期には腰の痛み、寝不足、便秘が解消し、予定日に安産。産後もリフレクソロジーを再開し、体調が整う等々の事例報告がなされた（自律神経への作用については本誌No.85号にて掲載）。

アロマセラピストの堀田みち子さんは、「リフレクソロジーの技術に香りをのせてー良導絡の測定結果を交えてー」の報告。堀田さんは、アロマセラピスト、リフレクソロジスト、ベビーマッサージ講師として活躍し、ナードアロマセラピー協会認定校「Green Mist」を主宰。タッチング文化の大切さを強調し、その普及に務めている堀田さんは、施術の傍ら、鍼灸師の指導の下、良導絡という測定法を用いている。これは、人体に直流電気を流すことで自律神経の反応パターンを測るもので、経絡の流れや施術効果を客観的に示すことができる。これまでのクライアントの施術前後の事例を紹介すると共に、参加者に高品質の精油の香りを嗅いでもらいながら、各々の精油の知られざる特徴について解説がなされた。「この機会にネットワークを広げて、本物のリフレクソロジーを社会に浸透させる人柱になってほしい。それがリフレクソロジーマジックを生み出すはず」と荻野さん。今回の勉強会は、参加者の心の反射区を大いに刺激したに違いない。

（囲み）

<リフレクソロジーによる症状への効果>（一例）

●「子宮がん、乳がん 術後」Sさん（女性82才）

1999年 6月（73才） 子宮がん手術 子宮と卵巣を切除

1999年12月 乳がん手術 左乳房、リンパ節切除

2000年 8月（74才） リフレクソロジー週一回60分 開始

当初の状態：重度の外反母趾・足指開かず・膝の変形・歩行困難

2008年6月現在（82才） がんの再発・転移なし、健康状態良好・足指開くようになる・膝の痛み軽減・杖なしで歩行

●「ハント症候群」Aさん（女性37歳）

ハント症候群：帯状疱疹ウイルスが原因で顔面神経麻痺や難聴、耳鳴り、めまいが起こる。重度の麻痺の場合、治癒率は50～60%程度。6～12ヶ月経過しても麻痺が残る。

2005年9月 ハント症候群発症

退院後 病的共同運動の改善のため、「回路フィードバック」訓練を自宅にて開始→鏡を見ながらの顔面エクササイズ

2006年1月 週2回のリフレクソロジー開始 60分強（足・耳・顔）

当初の症状：ぼつてりとむくんだ足・脚、精神的打撃

はり治療・顔面エクササイズ併用

2008年6月 月2回位のペースで施術（合計約80回のリフレクソロジー施術を行う）結果：共同運動が改善され、自然な表情ができるようになる

#### 取材協力先

「Sole to Soul」

東京都渋谷区渋谷 2-2-4 青山アルコーブ 814

TEL：03-3499-4109

<http://www.sole2soul.jp/>