



# ヘルスケア通信 第14号



春はまだ遠いようで、酷寒の日の連続ですが、皆様お変わりありませんでしょうか。  
 今回はコミュニケーションセラピスト養成と、帯広コア専門学校で行われた、アロマ講座、しゃくなげ荘で行われたアロマボランティアをご紹介します。

今回コミュニケーションセラピストを取らせて頂き、今まで芳香としてしか使った事がなかったアロマオイルが講習を受けて、コミュニケーションのツールになる事を身を持って体験する事ができました。実技では人の体に触れる事により、その方との距離がとても縮まり、自然と会話が増えました。  
 市川



兵庫県の植物セラピーあろあろ代表 辻様に講師にきて頂き、今回5名の職員がコミュニケーションセラピストを取得しました。

講習を受ける前はアロマの知識もなく、トリートメントを行う事も少なかったので手技の方法や再確認を含め、今回このような資格を取得する事ができて良かったです。またハーブティーを頂き、ハーブの様々な種類や効果・効能を知ることが出来ました。  
 斉



## 冬におすすめのアロマ

### ◆ハーブ: サフラワー(和名: 紅花)

“血行促進作用”があることで養命酒にも使われています。

ハーブティーやスープ等お料理にもブレンドしてお使い頂けます！

### ◆精油: レモン

レモンは香りや味のすっきり感のみならず

“殺菌作用”に優れています。

生魚や牡蠣等に添えられているのもその作用のためです。

リフレッシュしたい時や殺菌作用を期待されるときにはぜひ！

アドバイザー あろあろ代表 辻様より



## アロマ講座

11月12日に帯広コア専門学校でアロマ講座を行わせて頂きました。学生の皆さんにアロマの魅力を伝え、「とってもいい香りだった！」等とアロマに興味を持って頂く事ができました！



## アロマボランティア

帯広大谷短期大学介護科の学生2名  
 帯広コア専門学校介護科の学生3名が  
 9月にアロマボランティアに来てくれました。  
 当日はバスボム作りやアロマトリートメントの体験をして頂きました！



【しゃくなげ荘ホームページ】: <http://www2.shikaoui-keiaikai.jp/shakunage/>

【植物セラピーあろあろ】: <http://alo-alo.ocnk.net/>

平成27年2月1日緩和ケア委員会