

## IFA アロマタッチのご紹介

### 《IFA 認定アロマタッチ プラクティショナーコース》

講習内容: 知的障害・精神障害・身体障害をお持ちの方、介護が必要な高齢者の方のコミュニケーション向上を目的に、精油を用いた様々なアロマの活用方法を指導します。  
講習時間: 35 時間(IFA 規定) 施設での実習があります

- \* 2011 年 4 月開講 平日&週末 昼間コース (全 7 回) 時間 10:00~16:00  
2011 年 4/3(日)、4/21(木)、5/12(木)、6/2(木)、6/19(日)、7/18(月・祝)、8/4(木)
- \* 2011 年 6 月開講 平日&週末 昼間コース (全 7 回) 時間 10:00~16:00  
2011 年 6 月 18 日(土)、6/19(日)、7/1(金)、7/18(月・祝)、8/5(金)、8/26(金)、9/9(金)
- \* 2011 年 6 月開講 平日&週末 夜間コース (全 14 回) 火曜 PM6:30~8:30 週末祝日 10:00-16:00  
2011 年 6 月 7 日(火)、6/18(土)、6/19(日)、7/5(火)、7/18(月・祝)、8/2(火)、8/23(火)  
9/6(火)、9/20(火)、10/4(火)、10/18(火)、11/1(火)、11/15(火)、11/29(火)

講習料: 89,250 円 (別途、テキスト代 7,000 円、IFA 会員登録料、試験料が別途かかります)

受講条件: 障害者および高齢者の看護、介護、その他のケアに携わっている方  
障害者および高齢者のボランティアをしている方、今後ボランティアを希望している方  
ご自宅で障害者および高齢者のケアをしている方

講師: 左迫間 真澄 (IFA 認定アロマセラピスト、IFA アロマタッチリードプラクティショナーLP009)  
ちや かほる (看護師、ケアマネージャー、IFA 認定アロマセラピスト)  
田村 智子 (精神保健福祉士)

アロマタッチは、2007 年と 2008 年に IFA 会長を務めたステファニー・ロード女史(IFA 認定アロマセラピスト、障害児の教育専門家)が確立したアロマセラピーのメソッドです。ロード女史は障害児学校の教育者として約 40 年間たずさわっていて、後半は障害者学校の校長として、特に自閉症児の教育に深く関わる経験を通して、アロマセラピーをコミュニケーションのツールの一つとして活用する方法を編み出しました。

### 《アロマタッチとは》

障害がある子供や成人、病気の方、高齢で一人では生活が困難な方、など他人からのサポートが必要な人に対して、アロマタッチ・プラクティショナー(アロマタッチ有資格者)はアロマセラピーをコミュニケーションなどの生活の質(QOL)の向上のために活用するメソッドです。

### 【 目的 】

- 生活のなかで、喜びの感情をもつ機会を提供します。(愛に満ちたタッチの提供、など)
- 個々人の自己に対する尊厳の気持ちを助けます(自分自身を感じれるように、など)
- 心のバランスを取り戻すことを助けます(ストレスの軽減、など)
- 介護される側だけでなく、介護する側にも良い香りの中で大きく息を吸い込んで、肺に空気を取り入れることにより酸素が多く取り込まれ、心身ともにリフレッシュすることを助けます。

### 【 方法 】

- アロマタッチマッサージ: 良い香りのオイルを用いて、タッチングによるコミュニケーションを図ることを目的としてマッサージを行います。ハンドマッサージなど部分マッサージだけでなく、洋服の上から行う方法もあるので、場所を問わずどこでも手軽に行うことができます。
- 精油を使用したケア: 枕やクッション、小物などに精油で香りをつけて、呼吸を深く、ゆったりできるよう工夫します。また、ルームスプレーなどで香りを室内にただよわせ、体操、ゲームなどを行います。年齢層も症状も範囲が幅広く、それぞれの場合に対応してアロマタッチを行うため方法も様々です。どのようなトリートメントが出来るかはプラクティショナーの創造力も大きく関わってきます。

### 【 実際に行われている一例 】

- 自閉症児の施設で、人に体を触られることを嫌がる子供達が、2年ほどアロマタッチを受けて自分達でマッサージを行いあえるまで進歩しました。
- 高齢者の施設で、いつも何かにたいして不満をもっていて、職員にあたって、文句ばかり言っている高齢者にアロマタッチを行いました。コミュニケーションをとることにより、その高齢者の孤独感、悲しみを知ることができ、その結果として、他人にあたってしまっていたことが分かりました。職員の方もどのように対応すればよいか分かるようになり、高齢者の不安も軽減することが出来ました。
- 精神的な障害がある人が、精油の香りをかいで、それについて感じた絵を描いてくれました。絵によってコミュニケーションが図れました。

アロマタッチは上記の例のように、職員と介護される側とのコミュニケーションの向上において有効に用いることができます。また、アロマの香りにより、両者のストレス軽減の期待も出来ます。