



● profile

高山菜美(たかやまなみ)さん
横浜元町の「ブアメリア」主宰。歯科衛生士として患者の口腔ケアに携わった後、代替医療の素晴らしさを世に伝えるべくアロマセラピストの道へ...

「セラピー」+「国家資格」で
夢・想いを叶える

セラピスト
キャリアアップ
物語

新連載 第1回 高山菜美さん

「人を癒し、治したい。
それが私の喜びだから」

セラピストの中で、国家資格を取得し、活動の幅を広げる人が増えています。彼女たちは、セラピストとして活動する過程で、あるいはそれ以前から国家資格の必要性を感じ、時間やお金をやりくりしてそれぞれの資格を取得しています...

取材・文◎大石治子

アロマセラピストから鍼灸師に

「人を癒して、治すことに喜びを感じるんです。アロマや鍼灸などの代替療法を世に広く知らしめたいのです」

そのように話すのは、アロマセラピストであり、鍼灸師とあん摩マッサージ指圧師(以下鍼灸師)の資格を持つ高山菜美さん。くるくると表情が変わる瞳、茶目つ気のある笑顔、一緒にいるだけで元気をもらえるような不思議な魅力があります。

そんな高山さんは、現在、主に横浜元町にあるサロン「ブアメリア」や、横浜「コシ産婦人科医院」で女性の不定愁訴のアロマケアや妊産婦のマイ

ナートラブルや逆子のケアにあたっています。アロマセラピストだった高山さんは、4年前一念発起。セラピストを続けながら、3年間鍼灸師養成学校に通学し、鍼灸師の国家資格を取得しました。小さなお子さんも抱え、多忙なセラピストである身で、なぜそうまでして鍼灸師の資格を取得しようと思ったのでしょうか。

実は、高山さんが代替療法を世に広く伝えたいと思った大きなきっかけは、10代の時の手の怪我でした。

「神経を痛めるほどの大きな怪我でした。術後のリハビリが今思えば充分でなく、温熱療法を受けましたが、運動療法もなかった。あの時、鍼灸治療や

マッサージを受けていたら、予後は違ったのではないかなと思います」

今でも疲れると不快な症状が出ることもあり、自身の怪我のアフターケアに対する悔いが残っているそうです。「それからというもの自分も含め、人の身体の痛みにも敏感になりました。不調で悩んでいるお客さまに対し、例えば西洋医学で治療できないものでも代替療法があるし、諦めないでほしいということを伝えたいのです」

その悔いをきつかけとし、高山さんは無意識のうちにより良い代替療法を探し始めたのかもしれない。

そこには、現在のセラピストとしての高山さんを創り上げるにいたった、医療現場や代替療法との4つの出会いがありました。

一つめの出会いは、あるデンタルクリニックに勤めたこと。高山さんのスタートは歯科衛生士として患者さんの口腔ケアに携わったことでした。「怪我の後、リハビリに対して学ば

いとという思いもあり、理学療法士の道へ進むことも考えたのですが、ドクターである叔母の勧めであり、歯科衛生士を選びました。勤めた歯科では予防医療に励み、主には患者さんのブラッシング指導などにも力を入れました。ブラッシングによって磨き方の癖が出る。その癖を見極め、きちんと指導しないと、虫歯や歯周病を繰り返してしまふ...。根本的な原因をケアしないと治療にはならないということ学びました」

身体の状態をみつめ、原因を探りながら治療を行うというセラピストとして必要な基本姿勢を、高山さんはここで習得します。

「歯科業界全体を見ると、患者さんの口腔内を良くしてあげたいと思うほど保健医療制度がはばみ、矛盾を感じるようになっていったんです。医療保険制度での治療回数には制限があり、結局根治できない場合もありました。患者さんの口腔内を良くしようとしても、そこが壁となることもありました」

また歯科衛生士は国家資格であるものの、医師の指示のもとでしか治療できず、開業権もありません。歯科で予防ケアを学ぶうちにホリスティックな考え方に強く惹かれていくようになった高山さんは、自分も将来的にホリスティックな視点でお客さまを診ることが出来るサロンを作れたら素敵だろうなと考えるようになります。

サロンと両立して鍼灸学校で学ぶ

高山さんが入学したのは、学校法人呉竹学園呉竹鍼灸柔整専門学校鍼灸マッサージ科の昼間部です。学園の歴史は古く、東洋医学の教育機関として大正15年に創設。あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師、柔道整復師の養成学校として現在までに2万人を超える卒業生を輩出し、毎年全国トップクラスの国家試験合格者を維持しています。

鍼灸学校は、修業年限が3年で週5日の通学が必要です。3年間、密度の濃い時間を過ごしたからこそ、学生時代に知り合えた先生や同級生は何ものにも代え難い財産だと高山さんは言います。「サロンと学業との両立で辛かった時なども、学校に行けば同じ目標を目指す仲間がいる、教室でみんなの顔を見るだけで気持ち落ち着きましたね。また国試前は、勉強と仕事の両立には苦労しました。家では勉強の時間がとれず、カフェやサロンを使って必死に試験問題を解き、分からないところは先生や同級生に助けをいただきました。家族やサロンのお客さまをはじめ、あらゆる方の協力があり、無事に国試合格を果たせたのだと思います。感謝しています」

高山菜美さんの 資格取得までの道のり

- 2001~2004年 歯科医院を退職後、スクールに通い、AEAJアロマセラピーアドバイザー、AEAJアロマセラピーインストラクター、英国ITEC国際アロマセラピストの資格を取得
2005年 ハワイアンマッサージアカデミーでロミロミを学び、講師も務める。ハワイアンロミロミ&ホリスティックアロマスクール開催
2008年 ハワイアンロミロミサロン「ブアメリア」をオープン。呉竹鍼灸柔整専門学校鍼灸マッサージ科入学
2011年 鍼灸師、あん摩マッサージ指圧師の国家試験を取得

卒業した学校
学校法人呉竹学園 呉竹鍼灸柔整専門学校 横浜校
TEL 045-471-3731
http://www.kuretake.ac.jp



License2 > 2011年
鍼灸師あん摩
マッサージ指圧師資格



License1 > 2001~05年
アロマ&ロミロミ資格

ダブル資格はこうして活かす! 「産婦人科医院で鍼灸治療、 個人サロンでトリートメント!」

Time Schedule

2つの場所でアクティブに施術!

- 11:30 産婦人科医院に出勤
- 12:00 鍼灸治療
- 13:00 ロミロミマッサージの施術
- 14:00 産婦人科医院での母親教室後に移動
- 17:00 「プアメリア」に移動
- 17:30 アロマと美容鍼灸の施術
- 19:00 サロンスタッフへの指導



12:00 産婦人科医院に出勤
病棟で鍼灸治療を行う

コシ産婦人科医院に出勤後、医師の指示の元、病棟で鍼灸治療を行う。三陰交(さんいんこう)に鍼を打ち、気血の巡りを改善



13:00 カウンセリング
患者さんとのカウンセリング

病院の別棟にあるセラピールームで、ロミロミマッサージを受けるお客さまに施術前のカウンセリングを行う



14:00 母親教室
産婦人科で母親教室を行う

母親教室で妊娠中のアロマセラピーによるマイナートラブルのケア法を指導。参加者である妊産婦さんも興味津々



17:00 サロン到着
元町のサロンに到着

医院から電車移動し、「プアメリア」に到着。医院の出勤日は、夕方以降にお客さまのサロン予約を入れるので少タイトなスケジュール



17:15 カルテ確認
クライアントのカルテを確認

予約時間前に前回までのコンサルテーションシートを確認し、お客さまの経過を把握。カウンセリングの時間をスムーズに持てるようにする

17:30 アロマ+鍼灸治療
フェイシャルケアを行う

全身ケアを行ったあと、フェイシャルトリートメントと美顔鍼を行う。2つの手技をミックスして行うことで、効果の高い施術が行える



19:00 指導
スタッフに指導を行う

カルテを確認しながら、ほかのクライアントのケアにあたったスタッフに指導を行う



漠然と開業を考えている時に、高山さんに二つ目の出会いがありました。それは一本のアロマボトル。歯科衛生士時代、オーストラリアに留学していた際に、恩師にいただいたものでした。

アロマ・ロミロミの出会いが 運命を変えた

「そのボトルは、確かティートウリーだったと思います。その時は、アロマの知識なんて何もなかったのですが、その香りを嗅ぐと心も身体が落ち着くような感覚を味わえたのです」

芳香浴を試したり、本で調べるうちに、アロマのことをもっと知りたいという好奇心が芽生えはじめました。ちょうどプライベートでは結婚と第一子出産を機に、歯科衛生士を退職。いよいよアロマセラピストの道へと進み始めるのです。

最初は興味から入ったアロマセラピーの世界でしたが、高山さんは、すぐにその魅力にはまっていきました。AEAJアロマセラピーアドバイザー、AEAJアロマセラピーアドバイザー、ストラクターなどの資格を次々と取得し、アロマの魅力を伝えるべく少人数制の講座をはじめます。

元々、菜園があり自然に恵まれた環境で育った高山さんは、四季折々の野菜やハーブになじみがありました。講座でも、アロマクラフトで石鹸を作る「く感じた」と話してくれたんです。すごくありがたかった」

施術するということはセラピストも、お客さまに向けて心を開き、互いにその時間をシェアするということ。高山さんのセラピストとしてお客さまと向き合う姿勢がここで確立しました。ロミロミとの出会い以来、お客さまとの施術時間は負担どころか、かけがえのないものとなっていきました。

代替医療の素晴らしさを伝える ために鍼灸師の道へ

歯科衛生士・アロマセラピー・ロミロミという3つの医療現場や代替療法との出会いがあり、はや14年が経過。セラピストとしても成熟してきた時、いよいよ大きな転機が訪れます。それはかねてからの夢だったサロンを作りたいという思いと、指導してきた生徒の活躍の場を作りたいという考えから、横浜・元町に「プアメリア」というサロンをオープンさせたことです。さらに、もう一つの大きな決断をします。それは、鍼灸学校への入学。

「アロマとロミロミという代替療法を知り、その地位を高め、広く世間に素晴らしさを知ってもらいたいと思ったのです。そのためには代替療法の知識をさらに深め、国家資格を得た上で発言したほうが説得力もあるのではないかと考えました」

時はハーブを入れたり自分なりにアレンジを加えていきます。さらに持ち前の明るさも人気を呼び、最初は個人宅で教えていたクラスも公共の施設、そしてレンタルルームを借りて行うまでに規模が大きくなっていきました。

生徒数が増えたこともあり、講座内容を直視し、全身のトリートメントを教えるテクニックを探していたとき、3つ目の出会いとなるロミロミを知ります。

ロミロミとは、ハワイの伝承医療で、人間も自然の一部であるという考えで自然との調和、大自然との感謝の気持ち表現しています。実はそれまで、アロマは好きだけれどトリートメントは好きになれなかったという高山さん。そんな悩みは、ロミロミとの出会いが解消してくれました。

「ある時、簡易ベッドを持つてお客さまの所で施術をしていた時のことです。移動中は何でこんな辛い思いで施術をやらなきゃいけないんだろうって……。でも施術をはじめ、手にオイルを取りお客さまの背中をロミロミをしていたら、感謝の気持ちがすごく湧いてきたんです。辛いなんて言っていたけれど、私もお客さまという存在がいて施術が出来るんだということに気づいたのだと思います。その時お客さまとの壁が消え、一体感が生まれました。施術後、お客さまが『今日はいつもよりすごく気持ちよくて、高山さんを近

食や健康であることの大切さ、病気は未然に防げるものもあるということ。例え西洋医学では深く取り扱わない不定愁訴や疾患でも、さまざまな代替療法があり、諦めないでほしいということ。それはご自身でさまざまなセラピーに触れるうちに、実感してきたことに他なりません。人を癒し、治したい。そこに喜びを感じた高山さんが、呉竹学園柔鍼灸マッサージ科に入学したのは、必然でした。

学業との両立で サロンを閉めることも考えた

サロン運営と鍼灸学校への入学。どちらも大変なことなのに同時に実行できたのは、自分のアンテナに触れたことはトライするという、柔軟で不屈の精神を持っているからなのでしょう。しかし、その両立は困難を極めました。「初めて学ぶ解剖学や生理学などの西洋医学や東洋医学概論、鍼灸の技術は新鮮で興味深くもありました。ただ、学内の試験も多く、自分が思った以上に勉強がハードで……。一時期は真剣にサロンを閉めることも考えました」

そんなとき助けてくれたのが周りの人でした。泣きながら勉強することもあった高山さんに対し、勉強を教えてくださいました同級生や先生。それに、講座の日程と試験日をずらしてくれた生徒さん、シフトをうまく組んでくれたサロ

アロマセラピーと鍼灸 ダブル資格を活かした手技を公開！

高山さんの施術家としてのベースとなるアロマトリートメントと鍼灸の治療を組み合わせた、
健美を実現する手技を紹介します。アロマで血液循環やリンパの流れを良くしてから、美容鍼灸を行います。
アロマの効果でクライアントもリラックスして施術を受けることが出来、美容鍼灸の効果もアップします。



1
オイルを手にとり、顔全体に塗布。眼の周りの疲れをとる。中指で押し上げながら、内側の目尻のきわにある睛明(せいめい)をプッシュ



2
眉毛の外側から、約1.5cm分外側にある、太陽(たいよう)をそっと押し、さらに眼の周りの筋肉をリラックスさせながら血液循環も良くする



3
顔のトリートメントで排出された老廃物を、胸鎖乳突筋をさすり、鎖骨下リンパ節に流していく。これだけでも顔がスッキリとする



4
口の周りの口輪筋や下顎骨に付着する咬筋は、歯の食いしばり、食べ癖などで固くなっている人も多いそう。ソフトタッチで、このこばわりをほくしていく



5
ほうれい線にそって、鍼を入れていく。この鍼の刺激で皺が薄くなる



6
目尻の皺、また眼まわり全体のくすみをとるのに効果がある太陽に鍼を刺入。さらに、口輪筋や咬筋のこわばりがあると、鍼を入れることで小顔効果も

ンのスタッフ。
「極限まで追い詰められて、本当に辛い時は、周りの人に正直に話して、感謝の気持ちを持って頼ってもいいんじゃないのだからかと、良い意味で聞き直れたんです。そこはサロンを運営する上で大きな学びになりました」
周りの協力や理解を得ることでこの両立を乗り越え、無事国家試験に合格。この時の喜びは何事にも変えがたく、いま苦しいことがあっても踏ん張れる強い精神力が身についたそうです。

**ダブル資格を活かし
結果の出る施術が出来た**

歯科衛生士時代に培った、原因を見極めて根治させるという基本姿勢、そしてアロマでの癒し、ロミロミを通して得た感謝の心、さらに鍼灸という代替療法の4つの出合いを通して、現在高山さんは、アロマと鍼灸を組み合わせた施術を行っています。

特にその施術効果を実感できるのが、「コシ産婦人科医院」での妊産婦への施術。切迫流産の危険性がある方が、アロマトリートメントのリラックス効果で回避できたり、鍼灸治療で逆子が治つたりと、まさにアロマと鍼灸をミックスした施術が活きています。

「いずれも医師の指示のもとでの施術ですが、患者さんやその家族、また病院の先生にもすごく喜んでいただけ、

この仕事にやりがいを感じています」
さらに、この医院では医師と連携し、アロマケアを教える母親教室を開いたり、高山さんの代替医療を伝える活動もスタートし始めました。

「アロマと鍼灸をミックスしたこと、今までより多くの疾患を治療でき、代替療法の威力を実感する日々です。腕の不調もロミロミでうまく腕を使うことで筋肉が付き、良いリハビリになっています。自分が一番恩恵を受けているのかもしれない(笑)」

ダブル資格を取った高山さんに、今後、鍼灸師の資格取得を考えている方にアドバイスをいただきました。

「鍼灸師の技術を上手に活かせるかは、ある意味自分次第。持っているアロマの技術を大事にし、どう幅を広げていきたいかビジョンと信念を持つことです。そして日頃からお客さまに施術する時は、お客さまの全体を診てトータルに寄り添って、癒してあげようという気持ちを忘れないでほしい。そのためにも、鍼灸やアロマ、ストーンなどの道具を使うなどなんでも良い。技術を多く持つことも大事だと思います」

今後は鍼灸業界にアロマのことをもっと知ってもらうため、鍼灸師に向けたアロマの講座も開催したいという高山さん。一つひとつ経験を積み重ねて、夢に向かって前向きに進んでいく高山さんの活動が、今後も楽しみです。