

もくれん

忙しいあなた、疲れていませんか？私たちはアロマセラピーを通して優しいコミュニケーションや癒しの効果を学び研究するグループです。その活動の一端として、アロマセラピーを通してストレス軽減のお手伝いをしています。

アロマセラピーとは、植物から抽出された精油を塗布、吸収することによりその植物の持つ薬理効果を得るもので、自律神経のバランスをとり、体を健やかに保つように働きかけます。

又、やさしい香りの体験や、タッチング(マッサージ)による癒しや心地よさなど、さまざまな相乗効果があります。

会の構成メンバーは、看護師・介護福祉士・アロマセラピストなどさまざまですが、それぞれの専門性を生かして活動しています。

訪問先では、初めは「何をするんだらう？」という感じの方も、最後にはとても喜んで帰られて、こちらの方が感激しています。

将来的には、活動の拠点となるスペースを持ち、障害を持った方や高齢の方が安らげる場所を提供していきたいら、と思っています。



DATA
名称 大分メディカルアロマセラピー研究会 もくれん
連絡先 代表 宮本
TEL 080-5249-3212
(19時以降にお願いいたします)

アロマセラピーは、フランスやベルギーなどでは保健医療行為なんです。香りは神経に働き疲れを癒したり、ストレスを軽減したり、気分を落ち着かせたりといういろいろな効能があります。みなさんも上手に香り(アロマ)を取り入れ、生活に素敵な彩りを取り入れてみませんか。

癒しを必要としている方は、お声をかけてください。

(例えば…)

- ・家庭内介護者
- ・子育て中のお母さん
- ・長期入院入所中の方
- ・医療従事者
- ・病院などの診療、透析の待ち時間
- ・福祉施設
- ・クラフト教室、香り遊び
- ・その他

詩の紹介 子ども

批判ばかりされた子どもは
非難することをおぼえる

殴られて大きくなった子どもは
力にたよることをおぼえる

笑いものにされた子どもは
ものを言わずにいることをおぼえる

皮肉にさらされた子どもは
鈍い良心の持ち主となる

賞賛を受けた子どもは
評価することをおぼえる

しかし激励を受けた子どもは
自信をおぼえる

寛容にであった子どもは
忍耐をおぼえる

フェアプレーを経験した子どもは
公正をおぼえる

友情を知る子どもは
親切をおぼえる

安心を経験した子どもは
信頼をおぼえる

可愛がられ抱きしめられた子どもは
世界中の愛情を感じ取ることをおぼえる



ドロシー・ロー・ノルト「子どもの詩」から 川上邦夫訳

編集後記

取材をして感じたことは、自分自身を大事にすることが、相手を大事にすることにつながり、相手を尊重することが、自分を尊重してもらえることにつながるのかも……ですね。(か)

編集 田辺 薫 加来奈都子
首藤京子 井上順子

男女共同参画推進室 TEL534-6111(内線1075)
FAX536-4044

メールアドレス danjokyodo@city.oita.oita.jp

ボランティア編集委員

この情報誌にあなたの感性を求めます。男女共同参画社会づくりに向けた情報誌です。

市民と行政のかけ橋として、参加してみませんか。

- ◆募集人員…男女若干名
- ◆内容…年2回発行予定 編集委員として、編集会議の他、取材・執筆等で、紙面づくりに協力できる方
- ◆応募方法…男女共同参画社会に対する考え、活動歴及び応募の動機を400字詰原稿用紙1枚以内にまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記のうえ応募ください

- ◆受付…随時
- ◆応募先…〒870-8504 大分市荷揚町2番31号 大分市男女共同参画推進室

求む