

## 宮城ボランティアキャラバンに参加して

### 概要

4/30～5/3 ゴールデンウィークの4日間、認定NPO法人みやぎ発達障害サポートネットの伊藤先生からお話をいただき、専門化の先生達とボランティアキャラバンとして仙台を中心に宮城県内5箇所（塩釜、仙台市、名取市、山元町、伊具郡）を訪問した。アロマセラピーケアの対象は被災地の発達障害のあるお子さんをお持ちのお母さん達だったが、途中、他のNPOからの要請で山元町の避難所へ行くことになり、一般の被災者の方たちにもケアを行った。

### はじめ

今回のアロマボランティアは3.11の後、10年来のお付き合いになる仙台在住の伊藤先生に安否確認の電話を差し上げたことからスタートした。伊藤先生の話では、震災後の仙台市内は、あちこちから食料や支援物資は届き、ルートさえ確保できれば物資はあふれているとのことだった。それよりも、震災後、先生が事務局長を務めるNPOを始め、障がい者の支援者や支援団体は、ケアや安否確認などですでにくたくたになっている。「今必要なのは、食料でも支援物資でもなく、ガソリンと支援者へのこころのケア」、という先生の生の声を聞いて、私はアロマセラピーでできることがあればすぐに駆けつけますと約束した。その次の電話は宮城を大きな余震が襲った直後で、彼女からGWのキャラバンの企画と、「いま、まさにケアが必要」という言葉を聞き、アロマボランティアにうかがうことを決めた。キャラバンは伊藤先生を中心にサポートネットのスタッフとして2人の臨床心理士さん、今回のメインゲストとして北海道から札幌市自閉症・発達障がい支援センターおがるの所長、加藤先生と私達IFAの3名のアロマセラピストで構成された。

### 発達障害とお母さん達

発達障害の子供たちは脳の働き方に他の子供と異なるところがあるために、起こるものです。そのため、発達障害ではない子供たちとは違った言動が見られます。発達障害には、いくつもの種類があり年齢や脳のどの部位に違った働きがあるのかによって状態も異なります。例えば自閉症は発達障害の一つの発症の種類とされています。その特徴は、一つの物や行動にこだわりも持ったり、言葉がうまく発せなかったりします。結果として他者とコミュニケーションがとりにくくなります。そして、こだわりのある行動を続けていないと不安を感じる為、常同行動と言われるような同じからだの動きや行動を繰り返したりすることがあります。彼らは外部からの情報処理が脳でうまくできておらず、自閉症について知識のない人達からは、社会生活に適応できないと思われる行動をとります。（実際は社会がその症状に適応できていないわけですが。）そのため、彼らの一番の理解者であり、保護者である母親たちの多くは、育児そのものにもエネルギーと時間を割き、理解や知識のない一般社会から時には疎外されるような体験を繰り返すことも多いのです。今回のような震

災は、誰にとってもつらい経験となり、強いストレス下におかれます。そして特にストレスに弱いと言われる発達障害のお子さんたちには震災によるストレスが鮮烈に心に残ると同時に、せっかく作ってきた生活の規律や安定性を乱します。先に述べたような常同行動の拘束は、発達障害や自閉症のお子さん達に大きな不安を与え、結果として保護者である母親への負担を増長させるのです。実際、今回私達が訪問した4カ所で出会ったお母さんや支援者の多くは、疲弊という言葉を使うほど疲れ切っていました。

## 準備

今回のキャラバンの依頼を受けてから出発まで実際には19日しかありませんでした。仕事の合間にメンバーを集めて備品の準備をし、仙台までの交通手段や宿泊所の確保をしました。よく他の2人がボランティアを快諾してくれたと今になって思います。

実際、伊藤先生と電話では数回やり取りしただけで、各地の施術スペースや、必要な備品などほとんど私達が想定して準備を行いました。というのは、伊藤先生自身も被災者であり、私達からの細かな質問に答えるための情報収集ができるような状態でないことが何度かやり取りしている間にわかりました。

3人のセラピストで一日あたり、20人程度を施術すると見込んで全ての準備を行いました。持参する精油とキャリアオイルを選抜し、最低の希釈濃度のブレンドオイルを2種類作り、さらにセラピスト一人一人が持って歩けるよう準備をしました。その他、人数分のタオル類、クッション、にロールペーパーも持参しました。足浴は絶対に必要なため、試行錯誤の末、保冷バックに大きなナイロン袋を敷き、そこにお湯を入れてナイロン袋は一人一人交換するという方法を取りました。保冷バックは軽量で折りたためるので非常に便利でした。100人分の足浴セットを持参しました。

## 現場の流れ

各現場での流れは次のようです。事前に設定した時間と場所（各被災地の公共施設）に、伊藤先生の声掛けで普段、施設やサービスを利用している発達障がいのお子さんを持つお母さんたちが集まっています。まずは、先生たちが準備したお茶・お菓子をいただきながら加藤先生を囲んでのお話し会で、自己紹介の後、震災後の自身の経験などを分かち合います。お話をしながら涙される方も少なくありませんでした。自己紹介が終わると、希望者は順番に別室または同じ空間に設けたアロマエリアで、簡単な問診とトリートメントや足浴を受けるという形でした。場所によっては、畳の個室であったり、フローリングのオープンスペースであったり、足浴のお湯を使う動線を確認も様々でした。別室で他のスタッフがお子さんたちの託児をしてケースもありました。初日からイレギュラーもあり、私達セラピストに最初に求められたのは柔軟な対応と、工夫でした。うかがったその場所と与えられた時間でできる、最高のトリートメントを提供できるよう心がけます。以下、すべてはお伝えできませんが、印象に残った現場の様子やケースなどを報告します。

1日目 4月30日

仙台空港に到着すると空はどんよりと曇り、空港からの電車はまだ稼働しておらず、倍ほど時間がかかる空港バスで仙台市内まで移動した。その道のりには津波で空地のようになった場所や廃屋のような家、無惨な姿で積み上げられた車の山が見られ、テレビと同じ光景ではあるが、テレビとは違う生々しい現実には心痛を覚えずにはいられなかった。

### 塩釜でのトリートメント

保護者14名・支援者4名・スタッフ7名 実質施術時間 80分

床暖房のあるコミュニティーセンターにスタッフの方も合わせて20名ほどの方が集まっていた。時間の関係で仙台に送っていたタオルや基材を取りに行くことができず、各セラピストが手持ちのオイルやクリームなどで施術を行う。お話し会からスタートした参加者さん達は、アロマのブースが気になるが、お話し会を中座することに躊躇されているようだった。まずは今回企画、同行されているスタッフ（臨床心理士さん達）にハンドトリートメントを行った。その様子を見て、数名の参加者さん達がぼつぼつとお話し会の合間にセラピストの方にやってくる。お話し会がフリートークになるとアロマは順番待ちになる。ハンドトリートメントの後、背中や肩を椅子に座ったままトリートメント。足が疲れているという保健師さんには床の上に寝ていただいでるの施術。興奮ぎみに話をする方、放心したように私達の手の動きをみつめる方。待ち時間に隣の方と近況報告をする方など。私達はその都度、傾聴したり、質問に答えたり、いつの間にか終了の時間を迎え、約17名の方に施術を行った。

主な使用基材：

約2%ブレンド クリーム・ホホバ

ユーカリ (*Eucalyptus radiata*)

ラベンダー (*Lavandula angustifolia*)

その他 フット用ブレンドオイル

### ケース1

40代女性。化粧つ気なく、顔色も悪く。白のトレーナーとジーパン姿で疲れているの是一目でわかった。津波による自宅の床上浸水で、避難先へ。中学生の娘さんが携帯電話で被災のニュースをずっとみていてPTSDになり、残った6畳2間の部屋のうち一部屋を彼女一人に与え、彼女以外の家族全員でもう一間を使うようにした。自閉症の下のお子さんとずっといっしょで、学校も休みのため、食事の用意や自宅の浸水後の片付け、そしてご主人やご両親の世話をし、自営業をしているので、その手伝いもこなす。全て自分に負担が来る。と興奮気味にお話しされる。せめて、浸水後の家の片付のボランティアをお願いしたいとしゅうとに伝えると「もっと大変な人がいる、恥ずかしい。」と、言われ断念。体も心も疲れ果てている。

トリートメント中、彼女はずっと話続けた。途中「気持ちいいー」と声に出すことや沈黙の瞬間が何度か訪れる。終了後、お話し会に戻った彼女は、再び加藤先生と話をされている。少しでもどこかが解放されて、彼女のガス抜きになればと感じた。

2日目 5月1日

## 仙台市内 Schale おおまち

今回のキャラバンの拠点である仙台市内の施設での施術。

保護者とご本人9名・支援者9名・スタッフ6名 10:00～12:00

私達は、2日目の朝やつと京都から送ったオイルやタオル、足浴器を準備した。こちらでは、エステができるリラクゼーションチェアと、先生の私物のマッサージ用ベッドを使用させていただいたので、それらを別々のスペースへセットし、お話し会の横のオープンスペースではハンドマッサージを行った。会場に集まった皆さんに加藤先生は「お母さん自身の自己紹介をお願いしますね。」と声をかけたが、皆さん、どうも自分自身のことを話すことに不慣れな様子で、途中から参加されたお母さんは、同行していたお子さんについての話をされ、そのお子さんご本人からも被災時の自身の心中の変化のお話があり、会場には深い空気が広がり始めた。涙をこぼす方もいらっしや、伊藤先生も泣かれていた。加藤先生は輪の中心で傾聴している。単純に「悲しい」という涙ではなく、震災前、震災後の思いや感情の重なり、また人から人への思いの積み重ね、重なりを一枚ずつ開いていく時に出る涙だと感じた。全てが開ききることはないが、少しずつそれらを解いていくことで楽になるのなら私達にそのお手伝いできればと心から感じた。自己紹介やお話しが進む中、空気が少し和んだり、緊張が続くとその加藤先生がリードの合間に「アロマどうぞ」「アロマがあります」という言葉を合言葉のように入れてくれており、ぽつぽつとアロマの方で足を運んでくれる方が増え始める。

## 所感

時間的には少し慌ただしい施術となり、多くの方がフットバス、ハンドトリートメント後、背中への施術を希望される。エステ用のベッドでも側臥位で、背面のトリートメントを行うことになった。お知合い同士の方もいらっしやるようだが、前日の現場ほどはアットホームな印象はない。仙台市内の都市部であるという環境も関係しているだろうか？全体に体も緊張度は高いが、内面的な神経の高ぶり、イライラ感のある方が多かったように感じた。足浴の効果は思った以上に大きく、ぬるめのお湯（38度ほど）での足浴であったが、見た目は保冷袋で、足を入れたときの意外性もあり、ほぼ全員が足を付けた瞬間「あったかいー」と表情を緩められた。給水がままならない状態が、長く続いていた場所もあったようで、足先を温める喜びを、心から感じてくれたようだ。

## 名取市 心身障害児通所通園施設

保護者19名・支援者9名・スタッフ5名で実施 実質施術時間 約100分

別室にて加藤先生のお話し会を行い、子供達も別室で保育士や支援者の託児で来園。アロマ隊も別室を準備する。ご夫婦での参加者もいらっしゃる。

### ケース2

30代女性（推定）見るからに疲労感の強い方。やせており、化粧はしておらずくすんだ顔色、入ってきたときは力のない目をさていた。手入れされずにまとめた長い髪にはたくさん白髪が混じっており実年齢より随分と年を取って見えているだろう。フットバス、ハンドマッサージを行うと放心されているようにも見える。畳に寝ていただきフェイシャル・デコルテで肩・首を触るとやせた体に甲羅のように固い肩を付けているという感じ。頭部の緊張も強い。リラックスオイルを使用する。しばらく触っていたが筋肉がなかなか緩まない。それでも気持ちよさそうに目を閉じられている。終了後、少し目に力が戻ったようだが、心身ともに疲弊されていると感じたので改めて、臨床心理士さんに報告する。

### 所感

キャラバンスタッフのお一人、臨床心理士さんが中心になって手配してくださり、アロマの順番の番号札を作ってきてくださっていた。「発達障がいのお子さんに関わると自然と手順や段取りをよくするための工夫を形にする癖がつく。」と、言われる。人の流れはスムーズになった。しかし、今回は少々欲張りすぎて、8畳足らずの部屋に3人のクライアントが横になり、施術を受ける光景もあった。セラピストも合わせると部屋に6人の大人が入っていることになる。また、フットバスと施術の動線がうまくいってなかった。しかし、別室での施術ということで参加者もお話し会から頭を切り替えられたのか、この一時のリラクゼーションの時間を満喫することに集中しているのがわかった。ご夫婦そろって受けてくださった方もいた。

3日目5月2日

### 山元町 中学校体育館 避難所

3日目予定外の依頼でうかがうことになった避難所には100名ほどの被災者の方がいらっしやると聞いていたので、私達はその朝改めてミーティングを行い施術方針決めた。タオルやペーパー、オイルなどを再チェックし、テレビでしか見たことのない避難所の様子や被災者の方の長い集団生活の中での心身の状態を想像しながら動線と使用オイルを考えた。2種類のフレッシュナーも作成した。結果、今回はできるだけ多くの方に平等にトリートメントを受けていただくのが、よいのではないかと？うかがうのは13:00～16:00の3時間、フルに時間が使えてもおそらくセラピスト一人あたり、10～12人が精いつ

ばいだろう。集団生活の中では小さな不平等が諍いの元にもなる。椅子に座っての小ブースでのハンドマッサージだけを、希望してくれる方全員に、しっかりと行う。ということに決めた。私は3人の共通項である原点に戻った「IFAの誇りをもって訪問しよう。」

その頃から私達はアロマ隊と呼ばれており、キャラバン自体もお互いの専門分野の領域を尊重しながら、チームワークができ始めていた。セラピスト同士も自分の意見をしっかりと出し、信頼関係を作ると同時に、疲れがでないよう自己管理に気をつけ、無駄な気疲れのないよう互いによく距離感を持って接することができるようになっていた。

### 避難所でのトリートメント

体育館に入ってみるとテレビでみたような光景がひろがっていた。私達は予定を変更して一人ひとりにアプローチしていくことにした。個々に関わっていけるのは私たちにはありがたい。アロマセラピーの本来のスタイルである。避難所のスタッフの方がマイクで私達のことを紹介してくれ、私たちは簡単な言葉を交わして広い体育館でそれぞれが思う方向へちらばった。一番奥には若者の集団から笑い声が聞こえ。その手前には布団をかぶってふせっている人もいる。

私がうかがった2、3個横の畳ブースでは鍼灸の先生が施術してらっしゃった。それを待っているグループも横にできている。施術しながら声をかけてきてくれたので、私も手を休めずお話しをすると、震災後体育館が避難所になってすぐ、大分からかけつけて皆さんと寝食を共にしながら治療にあたっているとのこと。頭が下がる。

マスクをした男性に声をかけてみた、最初は少し遠慮されていたようだが、実は腱鞘炎で昨日、鍼灸をしてもらったがアロマセラピーを受けても大丈夫かどうかが不安だったようだ。拝見すると両腕の前腕部の経絡にそっていくつか鍼の痕があった。当の鍼灸の先生は横に居るわけだし通常なら施術はしないが、低濃度のリラックスオイルで腕をなでるように施術し、その後、腰と背中への施術を行った。これ何？油？からはじまったが「は一こんな匂いなんだね」と興味をもっていただいた。ゆっくりストロークすると。質問をいくつかされたが、すぐに自分の境遇について話をはじめられた。しかし、なまりが強くて半分ほどしか聞き取れなかった。通訳がほしい。それでもなんとか聞き取ったところによると、2人の妹さんのうち一人は津波でいまだに見つかっていない。津波が来た時すぐ横にいた母親はなんとか助かったが妹はだめだった。もう一人の妹さんは長くないだろう。人工透析中で寿命は限られており現在入院中。母親と父親は他の親戚と仮設住宅に入った。自分は今一人で残っている。家は農家をしていたが、他の仕事で体調を壊して無職だった。こんなところだろうか。そのお話しを物語のように語られた。終了を告げると「ありがとね。ご苦労さんだね。きもちよかったよ。」と明るくおっしゃった。

その後、私は高齢の母親、娘、孫の3世代の女性へのトリートメントを行う。

## 所感

正確には2時間40分の間に3人で19名ほどの方に関わらせていただいた（スタッフも含む）。当初、ハンドマッサージを短時間に多くの方に受けていただく予定だったが、避難所という状況の中でお一人の方に平均30分関わることができた。これは思ってもいなかったことで、セラピスト側も納得して施術できる最低限の時間で、これまでの場所ではできなかったことだ。震災から50日以上経過し、多くの方が家や家族を失っている。一般的な考え方であればストレスへの耐性はとうに超え、疲弊期にあり、体調を崩して臥せってしまうのが当たり前なのだろうが、今回私が担当した方たちはまだなんとかバランスを保っていらっしゃるという印象を受けた。共通していたのは、目に力がなくうつろであった。私達と話をして、向き合っている時はかろうじて集中力を維持できるが、それ以外、一人でじっとしている時間は力なく、心が空っぽ、抜け殻、と表現できる状態にあるように感じた。他のセラピストが担当した方からは次はいつきてくれるんですか？という質問を受けた。やはり、継続的なケアが求められていると感じた。衣食住についてすら耐乏生活を余儀なくされ、自分の嗜好を抑えねばならない生活の継続、化粧品もない、テレビがない、娯楽がない、与えられるものを待つ生活が継続すると心の中で焦燥・葛藤をするエネルギーすら燃え尽きてしまう。私達にできることは彼らが完全にエネルギーを失わないよう、香りとタッチングで彼らの気持ちを刺激し続けることだと感じた。

最終日4日目5月3日

### 伊具郡 生涯学習センター

保護者18名・支援者2名・スタッフ6名で実施。

最終日は山間の地で震災により停電や断水で困ったという話を多く聞いた。近くには自衛隊の駐屯所がある。ここにはセラピスト2人でうかがい、畳に低いテーブルを置きハンドマッサージと横でフットバスを行った。お子さん達は一階で託児されている。今回はお子さんが小さい方が多いようで若いおかあさまが多かった。

エピソード1. ご主人が自衛隊員で、特別仕様の大型車の免許を持っていないので、最前線の作業の任務がくる。大変な仕事で震災直後から家のこともできず職務についている。残った奥様が水汲みやガソリンの購入（車中心の地域）残った奥様が家の仕事もお子さんの面倒もすべてしているとのこと。

エピソード2. こうして他府県からボランティアにきてくれるのはとてもありがたいが、同じ宮城なのに、私達のように津波の被害を受けなかった人達がなぜボランティアしないんだという声があがっているとのこと。なんだか普通に生活しているのが申し訳ない。

エピソード3. 水汲みがつらかった。冬の寒い時期に外で長時間水をもらうのに行列に並び、20kgの水をいくつも車まで運んで帰宅する作業は普段の生活からは考えられないことでつらかったそれで腕が痛くなったり肩こりになったり。

エピソード4. 体調はいかがですか？年齢は？の質問に今日はここへくるのに喜んで、先日までちょっと風邪をひいていたんですが、今は大丈夫です。3年生です。と、子供さんのことを答えられた。これまでもそういう方はいらっしゃったがこちらでは数名いらっしゃった。

## 所感

他の地域でも多かった手荒れが特にこの現場で多くみられた。また、山間部の地域であるせいか花粉症の方が多かった。だいたい車で30分以内圏内の方ばかりでお子さんの年齢は違っても同じ学校の卒業生と在校生のおかあさんどうしで共通項が多い。また現在はほとんど震災以前の生活にもどっているため、不安感は強いが、他の会場の参加者よりパワーがあった。こちらでは16人ほどの方のフットバスとハンドマッサージを行った。動線とはスペースが広がったこと最終日で慣れてきたこともあって無駄なくスムーズに作ることができた。

## 第一回宮城アロマキャラバンを終えて

今回、宮城県内5か所の施設を訪問させていただき、本来の目的である、自閉症のお子さんを持つお母さま達のケア（4カ所）と避難所での被災者のケア（1カ所）を行う。  
合計79名の施術をおこなう。

### オイルの傾向

2種類のブレンドオイルを1%濃度で事前に作成し、訪問先の参加者の傾向によって、クライアントに選択していただく、もしくはセラピストが問診して選択するという形式をとった。ブレンド内容をセラピストが把握した上で、さらに精油を足して再ブレンドも行っている。Cは初日以外、主にレッグマッサージや筋肉疲労などの局部へ使用した。また、フェイシャルマッサージなどには主にAを使用するなど、部位によってもセラピストが使い分ける。

総使用量からみるとAが最も使用量が多かった。香りの嗜好とも考えられるが、ネーミングにも左右された。オイルの説明時にリラックスという言葉はアロマセラピーの代名詞のようになり、選択率が高まったとも考えられる。逆に元気ブレンドについては元気という言葉に抵抗を持つ方もいらっしやったのでリフレッシュという言葉に換えて説明すると使いたいと感じる方が増えたというケースもあった。

香りの好みについては、今回オーガニックで未精製のキャリアオイルを使用したことと、希釈の濃度を1%と低めに設定したため、（ブレンドオイルをキャリアオイルとしてそこに精油を混ぜることも可能であるため。）キャリアオイルそのものの香が強かったという問題点もある。

| A.リラックスブレンド150ml |                                |       |
|------------------|--------------------------------|-------|
| キャリア             | オリーブ (Olea europaea)           | 100ml |
|                  | グレープシード (Vitis vinifera)       | 50ml  |
| 精油               | ラベンダー (Lavandula angustifolia) | 15滴   |
|                  | マジョラム (Origanum majorana)      | 10滴   |
|                  | ゼラニウム (Pelargonium graveolens) | 5滴    |

| B.元気ブレンド150ml |  |       |
|---------------|--|-------|
| キャリア          | リラックスと同様                               | 150ml |
| 精油            | ローズマリー1.8 (Rosemarinus officinalis1.8) | 15滴   |
|               | マンダリン (Citrus reticulate)              | 10滴   |
|               | クローブ (Eugenia Caryophyllate)           | 5滴    |

C.キネプラスレッグケア150ml フィトサンアローム提供

## クライアントの傾向

肩こり：ご本人の自覚はもちろん、実際体にふれても、肩から首の緊張が強い。慢性的な緊張を感じる。

手荒れ：アトピー様の肌荒れも含め、指先の荒れ、湿疹や洗剤、シャンプーなど本人が原因を自覚しているものも含めてわたしがこれまで接してきた同年代の方々と比べると確立が高く。また、症状も悪化している。

頭痛：頭痛や偏頭痛をお持ちという方は問診表で肩こりにチェックし、複数回答されている方に多く見られた。

冷えや脚の浮腫み、脚の疲れという言葉が少なかったのが意外だった。肩こりがひどく脚の方に意識が及んでいないということも考えられるが。

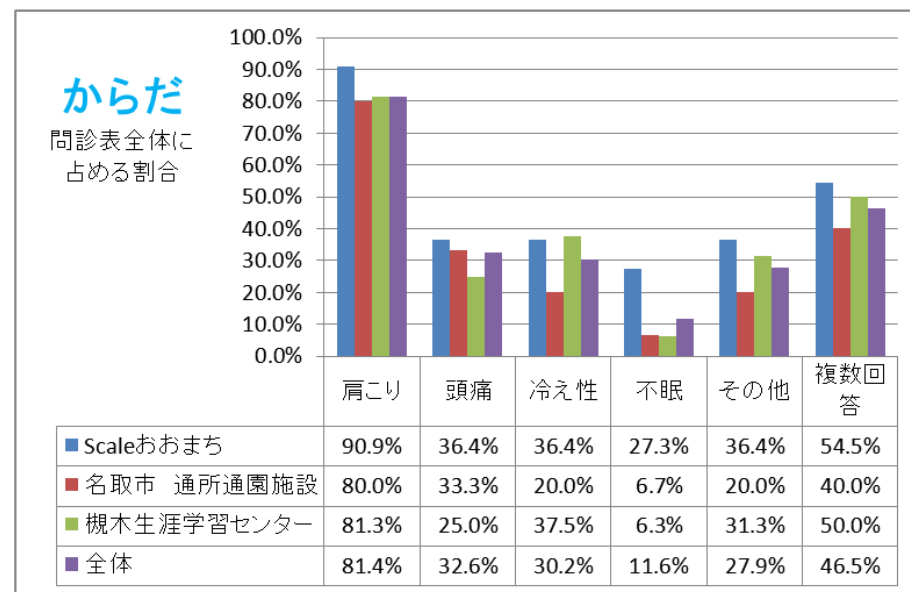
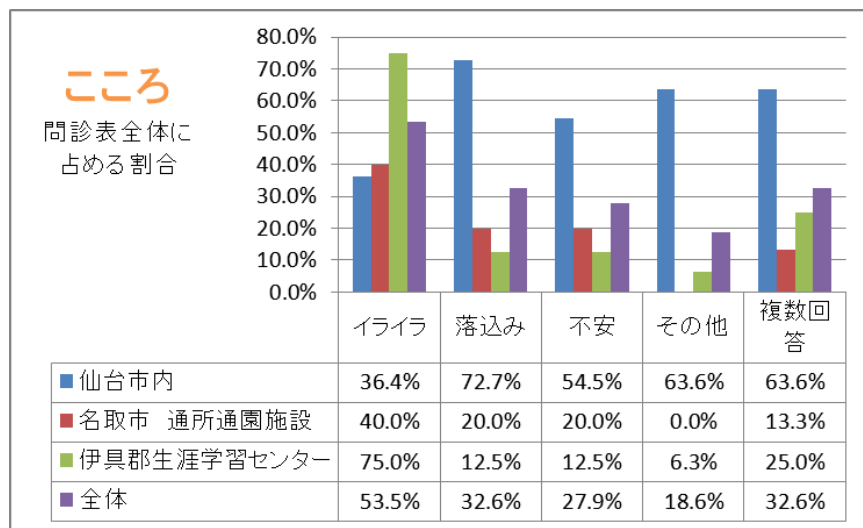
下の表とグラフからもわかるように大多数の方が肩こりを訴えられている。

こころの部分ではイライラが圧倒的ではあるが、仙台と槻木生涯学習センターではイライラと落込みが逆転している。

今回、足浴をしながらの 5 分ほどの間に問診表に自分で解答をしていただいた。気になったのはこころの部分の回答率がよいこと、特にイライラや落込みという言葉に○を付けられている方が多いことで、問診に自ら○を付けるということは時々イライラすることもある。たまに落ち込む。ということ以上に、そう感じる頻度が高い、ということだと感じた。複数回答も多く、中には全ての項目に○を付けている方もいらっしゃる。また、施術しながらお話ししていて、見るからに疲れている方以外の、比較的明るくお元気そうに見える方の回答に、イライラや落込みへのチェックがあることで、今回の震災で大小の幅はあるものの個々人の生活スタイルを普段通り維持できないことへ内面的なストレスを感じる。また、印象的だったのはお母さまご本人への質問にお子さんについて答えられるということだった。加藤先生のお話し会を拝聴させていただいて、お子さんの年齢によって、もしくはおかあさま自身の性格や考え方、地域性なども関係しているとは思いますが、社会の中での彼女達の担う子供に対しての役割が大きすぎ、母親という側面に偏りがちになっているのではないかと感じた。それは、私達も含めた彼らを取り巻く環境にいる人々の自閉症の子供さんたちへの誤った理解、知識不足によるもの、そして、現在社会のしくみがそうならざるおえない環境を作りだしているとも感じた。次回は今回の経験を活かしてアプローチの方法も検討し、ブレンドオイルの見直しなどを行っていきたい。

|             | 保護者 | 支援者 | スタッフ | 合計 | 施術実施 | 問診表回収 | からだ   |        |       |       |       | こころ   |        |        |        |       |        |
|-------------|-----|-----|------|----|------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|--------|
|             |     |     |      |    |      |       | 肩こり   | 頭痛     | 冷え性   | 不眠    | その他   | 複数回答  | イライラ   | 落込み    | 不安     | その他   | 複数回答   |
| 塩釜藤倉コミュニティー | 14  | 4   | 7    |    | 16   | -     | -     | -      | -     | -     | -     | -     | -      | -      | -      | -     | -      |
| Schaleおおまち  | *9  | 9   | 6    | 24 | 12   | 11    | 90.9% | 36.4%  | 36.4% | 27.3% | 36.4% | 54.5% | 36.4%  | 72.7%  | 54.5%  | 63.6% | 63.6%  |
| 若竹園 名取市     | 19  | 9   | 5    | 33 | 16   | 15    | 80.0% | 33.3%  | 20.0% | 6.7%  | 20.0% | 40.0% | 40.0%  | 20.0%  | 20.0%  | 0.0%  | 13.3%  |
| 槻木生涯学習センター  | 18  | 2   | 6    | 26 | 16   | 16    | 81.3% | 25.0%  | 37.5% | 6.3%  | 31.3% | 50.0% | 75.0%  | 12.5%  | 12.5%  | 6.3%  | 25.0%  |
| 坂本中学校体育館避難所 |     |     | 3    |    | 19   | 1     | 0.0%  | 100.0% | 0.0%  | 0.0%  | 0.0%  | 0.0%  | 100.0% | 100.0% | 100.0% | 0.0%  | 100.0% |
| 合計          |     |     |      | 83 | 79   | 43    | 81.4% | 32.6%  | 30.2% | 11.6% | 27.9% | 46.5% | 53.5%  | 32.6%  | 27.9%  | 18.6% | 32.6%  |

\* ご本人1名を含む



## 専門家との仕事

他の専門家の先生方とごいっしょさせていただいたことは私達にとって他にない経験となった。特に加藤先生がリードするお話し会では先に述べたように参加者の皆さんがこころを覆う殻や、プロテクトを少し緩め、自分自身の体やこころの疲れに、目を向けやすい状態でアロマセラピーを受けにくる。と、いうルートが出来上がった。参加者さん達にとっても効果的なセッションになり、私達セラピストにとっても手腕を発揮しやすい環境だ。このキャラバンはあと数回実施される予定なので、私達は先生方の懐を借りて、互いのエリアを尊重しながら、良い仕事をしていきたいと思っている。

## 最後に

震災後、まずはライフラインの確保が優先という特別な状況でアロマセラピストにできることを考えていた。アロマセラピーだけで何かをと考えるとできることはたかがしれているかもしれない。しかし、他の専門家との協力もしくは他の専門家の力を借りることで何倍もの効果をクライアントに感じていただけると確信した。大震災から時間が経過し、その被害の大きさが浮き彫りになるにつれ二次被害が表面化し、「こころのケア」の必要性が取り上げられている。「こころのケアはこころから」だけではない。こころとからだはつながっており、「こころのケアはからだからもできる」こと、そして香りとタッチングの効果を再確認できた活動だった。

実は私たちはキャラバンの合間に何カ所か津波の被害の大きかった場所へうかがった。警察や自衛隊が交通整備を行い車で行けるぎりぎりの場所まで行ってこの目で被災の現場を見る機会を持った。そしてその光景を忘れることなく、世代を超えて伝えていく必要があると感じた。

今回のキャラバンを企画していただいた伊藤先生、臨床心理士の先生方そして、メインゲストの加藤先生、各施設の関係者の皆様、出発前の様々な手配やアドバイスをくれた友人達に心から感謝したい。

そして、今回の震災による被災者の皆様の一日も早い復興に向けて微力ながら継続的に助勢させていただきたい。

\*アロマセラピストの有志が集まって運営している会、「アロマ・ケア・アソシエイツ」では今回の活動を通してシェア会や社会福祉士全国大会などでハンドマッサージを行い、参加費の一部を義捐金に充てる活動を行っています。皆様からの寄付も受け付けておりますので、活動にご興味を持っていただける方は以下のブログからご連絡ください。

Aroma Care Associates <http://ameblo.jp/acassociates/>

ブルーバーダー・ホリスティック・ケア・センター <http://blue-verdure.jp>

参考文献： 図解 よくわかる発達障害のこどもたち ナツメ出版

自閉症をしっていますか？ 社団法人 日本自閉症協会