

今回英国で資格取得した英国式 Reflexology(足裏マッサージ)の実演会を梅村氏の協力を得て5月27日に自然堂にて開催することになりました。それに先立ち“Reflexology とは”ということで簡単に下記のとおり説明をさせていただきます概略理解いただければ幸いです。

5月21日 菅 修一

Reflexology とは

足の特定部位に刺激を与えることによりさまざまな健康トラブルに恩恵をもたらすものとされております。この療法は歴史的に古く2330BCに遡りエジプト Ankhmahorの墳墓の壁画に足への Massage として描かれております。その後この療法は東西にわかれ東はヨーロッパからアメリカへ、西はインドを経由し中国、日本へと象徴(かたち)を代えながら発展してきました。特にインドはヨガ、中国はハリ、日本は指圧と針と親指の媒体の違いはあるが特定部位への施術を行うことにより今や世界中で人気のある療法となりました。

Reflexology(リフレクソロジー)とは身体のあらゆる腺/器官/構造に対する反射部位が手と足に存在するという原理に基いた学問です。すなわち手と足は身体の完全な縮図という意味が込められています。手や足に映し出された反射区と呼ばれる身体各部の反射部位に刺激を加えることや触れた際の感覚をもとに体内の不均衡を感知します。

Reflexology の効用

血流をよくする 体調バランスの保持

人体の生命線である血液の流れを正常に維持しエネルギーの源である酸素とか栄養を各器官とか細胞に送ることにより体調のバランスを維持する。

リラクゼーション

ストレスからの解放。病気の75%はストレスが原因と考えられ結果として疾患や障害を引き起こす。エネルギーの滞りを解消し身体を正常な健康状態に戻す。またエネルギー経路の滞りを解放することにより体内にある約7000個の神経の正常な機能を保持する。。

老廃物の除去

機能不全を引き起こしうる細胞内に蓄積された有毒な老廃物を細胞の段階で取り除く。

予防

感知された症状の着実な改善および事前の適切な処置。

消化機能の改善

Reflexology はホリスティックな自然療法です。リフレクソロジストは癒しをもたらす手技だけを用い結果を得るために道具や器具にたよることはありません。**Reflexology** において反射区と呼ばれる身体の構造/腺/器官/器官系に対応する部位は目に見えず解剖生理学やいかなる科学分野においても現時点では立証されておられません。しかし長年にわたる実経験により **Reflexology** の有効性は証明されております。

トリートメント

回数：顧客のニーズ、トリートメントに対する反応やフィードバック、又総体的なメリットにもより異なりますが経験上5、ないし6回ほどのトリートメントで変化の過程を形状的に把握することが出来ます。

2. セッションの所要時間

通常のトリートメントの所要時間は45分です。

3. トリートメントの頻度：週に一度が原則です。効果面、および経済的面でも妥当なかいすうでしょう。

4. トリートメントの反応

ひとそれぞれ異なり反応もそれぞれです。しかしすぐに反応がみられない場合でも回を重ねることで変化を着実に把握でき改善の兆しを実感出来ると思います。

本来は顧客一人々十分な時間をとりコンサルテーションによりお互いの意思の疎通をなくし顧客の背景等を認識した上でトリートメントにあたるべきですが今回は時間的にも無理なようですからあらかじめ別紙のホームにライフスタイルの記入をお願いします。