

# 産前産後のケアができるセラピストになろう！

## オーストラリアの自然療法 マタニティリメディアルセラピー

首・肩・腰の痛みや心配事など、産前産後の苦勞に悩むママたちが増えています。ところが、彼女たちのケアを出来るセラピストやサロンは、少ないのが現状です。

そこで、オーストラリアの自然療法であるマタニティリメディアルセラピーを用いて彼女たちの施術を行い、マタニティケアが出来るセラピストを養成している、「日本マタニティリメディアル協会」を取材しました。

取材文◎本誌編集部

### 妊産婦の心身をケアできる セラピストが必要！

数あるサロンの中でも、近年とくにニーズが高いのが、産前産後のクライアントをケアできる、セラピストがいる施設です。妊産婦にはさまざまな悩みがあります。マタニティ期にお腹が大きくなり身体のバランスを崩し、腰や背中への負担から筋肉を痛めてしまうこと。産後の抱っこや授乳で、首の凝りや頭痛を発症することもあります。また、出産と育児に対する不安や心配事が重なり、その相談機会も限られているために起こる、心の悩みもあるでしょう。ところが、さまざまな悩みを受容し、ケアできる場所はまだまだ少なく、

禁忌への理解も乏しいことから施術を敬遠するセラピストも少なくありません。こうした現状を踏まえて、日本マタニティリメディアル協会(JAMR)は、現場で使える産前産後のケア法を看護師や助産師、セラピストたちに教えています。その中心となる療法が、マタニティリメディアルセラピーです。三重県に本部を置くJAMR。その母体となるサロン「アントラク」は母娘の二人三脚でスタートしました。

「助産師だった母が病院勤めを経て、助産所を開業することになりました。そこで私がエステを学び、二人で産前産後のママたちのケアを出来るサロンを始めたのです」  
こう語るのは、JAMR代表であ



る真弓愛さん。栄養士として活動した経験から健康への興味が広がり、ベビーマッサージやヨガも学びます。真弓さんの母であり、助産師でもある宇佐美和代さんは、「当初は私が助産業務を行い、娘が妊産婦さんのエステを行っていました。その後、リクエストに合わせてケアの幅が広がって行きました」と語ります。

### オーストラリアの 国家資格を学び 妊産婦ケアを広めてゆく

ある時、自身の頭痛をケアしたことがきっかけでリメディアルセラピーのことを知った真弓さんは、この手技をオーストラリアで習得します。

「リメディアルセラピーとは、自然療法 大國オーストラリアで生まれ、民間

保険が適用されている療法です。腰痛や肩凝り、頭痛、膝痛などクライアントの症状に合わせてオーダーメイドの施術を行うのが特徴です」  
こう語るのは、オーストラリアで真弓さんにリメディアルセラピーを教えた小林千栄さん。痛みの引き金となる部位であるトリガーポイントへのアプローチに加え、スポーツマッサージ、筋膜リリース、関節モビライゼーション、スウェディッシュマッサージなどを融合した、オーストラリアでは国家資格の療法です。

こうして2年前より、このメソッドを妊婦さん向けにアレンジしたマタニティリメディアルセラピーが、新たなメニューとして加ります。サロンを訪れる妊産婦さんの身体は、いつもどこかに痛みや歪みがありました。エステを受けることで癒され、心のケアをすることは可能でしたが、新しい手技によって蓄積した痛みも取り除くことが出来るようになったのです。

「でも、心身の悩みを抱える妊産婦さんたちは全国に沢山いて、電話相談も絶えませんでした。その声を聞いて、マタニティケアの出来るセラピストがいるサロンを、もっと増やさなければと思ったのです」(真弓さん)

正しい解剖生理の知識と適切な手技。そして「医師の許可を得る」「血圧を毎回測定する」「母子手帳を携帯してもらう」「通院している産婦人科

の営業時間に施術をする」など、禁忌も理解したセラピストを養成するため、日本マタニティリメディアル協会(JAMR)を設立することに。

本部を三重県に置き、オーストラリア支部(小林支部長)や富山支部(松理恵支部長。写真左下)と共に、2015年夏に正式にスタートしたJAMRは、オイルマッサージ経験者を対象とした「マタニティリメディアルセラピストコース」、医療従事者を対象とした「ナーシングケアセラピストコース」、初心者も受講できる「マタニティセラピスト初心者コース」を開講します。

そのうちの一つ、「ナーシングケアセラピストコース」では、助産師がマタニティリメディアルセラピーを学び、それぞれの助産所で妊産婦たちをケアし始めています。

「先日学ばれた助産師さんは、この手技を妊婦さんのご主人にも勧めたい」とおっしゃっていました。パパは、お腹の大きなママの辛そうな姿を見て、何か出来ることはないかと悩んでいます。そんな時、手技を一つ覚え癒すことが出来れば素敵ですね。施術を受けたママも家で穏やかに過ごせますから、夫婦円満になりますよ」(真弓さん)

身体を凝りだけでなく、夫婦の心もほぐしてくれるマタニティリメディアルセラピーは、優しい時間を作り出してくれる療法でもあるのです。



#### Profile

真弓愛(まゆみあい)さん

日本マタニティリメディアル協会代表。栄養士として4年間つとめた後、エステティックの資格を取得、助産師である母と共にサロンを開業。ヨガの資格や英国でベビーマッサージの資格を取得後、オーストラリアでリメディアルセラピーを習得。現在はアントラクで施術を行い、協会代表として指導に携わる。□□□□■□□□■□□□□■ダミー



「JAMRナーシングケアセラピストコース」で助産師を指導する小林千栄さん。真弓さんにリメディアルセラピーを教え、現在もオーストラリアでセラピスト兼講師として活躍している。

真弓さんと共にオーストラリアでリメディアルセラピーを学んだ、JAMR富山支部長の松理恵さん。あらゆるセラピーをマスターしている松さんの指導は、JAMR本部以外でも受講できる。

