



ア・ロ・マのチ・カ・ラ  
 enjoy aroma life  
 香りでお手伝い  
 アロマライフ  
 VOL.6

アロマを学んだナースが  
 活躍できる場を育み  
 次につなげていきたい

スタディライフ熊本 理事/brush up project ARTS&SCIENCE代表

早川雪子さん

日本アロマセラピー学会看護師、日本臨床アロマセラピー学会学術認定者、AEAJ認定アロマテラピーアドバイザー。看護師、看護教員として看護学校や大学で看護基礎教育に携わった経験を活かし、アロマの普及に努める。



スタディライフ熊本



(右上)「アロマセラピーは薬と同じ。身近にあるだけに正しい知識を伝えたい」と早川さん。(右下)講座では、好きな香りのオイルを使ってスプレーを製作。「早速明日から使います」という男性も。(左)早川さんが持ち運ぶ約30本のオイルセット。メーカーや原産地によって、同じ名前でも香りの違いがある

芳香漂う部屋に集まった約20名の中には、50代とおぼしき男性も数名。健康スクールと題して行われた市民講座で、アロマの効果や認知症との関係をメデイカルの面から理論的に説明しているのが早川さんだ。「香りは脳の中核である大脳辺縁系に直接影響するので、3歳までのお子さんは気を付けること。また精油は、肌に直接触れないように要注意です」。そう言いながら、実際に発泡スチロールにオイルを落とすと早川さん。ぽっこりと穴があき、発泡スチロールが溶けていく様に驚きの声が上がる。「そして柑橘系のオイルは光毒性があるので、トリートメントの後12時間は日光に当たらない

ように」。とかく香りの利点ばかりがクローズアップされがちだが、アロマを正しく知って欲しいとその注意点もきちんと伝える早川さんの言葉は、男性の耳にも強く届いたはずだ。「最初は単に香りが好きでした」と話す、看護師時代のアロマとの出逢い。しかしアロマに対する想いをより深めたのは、母親の病気がきっかけだった。「がんを患っていた母に遠慮や照れがあつて、最初は何もしてあげられなかつたんです。でも痛みや呼吸困難、むくみや下肢の冷え、不安などを訴える母に、アロマを使うことで素直な気持ちでケアをしてあげられたし、母も喜んでくれた。私たちにあって、アロマが大切な

コミュニケーションでした」。母親に施したケアで自らも癒され、互いの痛みを分け合えたという経験。母を看取った後、そのアロマの力を看護の場でも生かしたいとさらに熱心に勉強するようになった。現在はプロジェクトの代表として、医療従事者のブラッシュアップの場を提供している。「西洋医学の補完代替療法、統合医療としてのエビデンス(科学的根拠)や導入には、まだまだ課題があります。しかし熊本でもやっと少しずつ、導入が始まっているのが嬉しい。がんサロンやホスピスも含めてアロマを知るナースが活躍できる場を育み、それを繋げていくのが私の役目だと考えています」。