

平垣美栄子の

植物療法



平垣 美栄子 プロフィール

1997年フィットセラピーサロン「ディ・エステ・ガーデン」を開設し、ハーブを使った独自の技術を展開。以来、フィットセラピストの育成、講演活動を続けている。

2006年9月にヒルデガルトフォーラムジャパンを立ち上げ「ヒルデガルト自然学セミナー」を中心に、より深い自然療法の世界を研究。師匠であるドイツのハイルブラクティカのベーター・ゲルマン氏の招致（屋久島、穂高、高野山）し、数々のイベントを開催。2016年ドイツツアー実施。ヒルデガルト・フォン・ピンゲンの哲学に触れるDVD共同製作。

2012年、一般社団法人 自然療法機構 (NaO) を開設し、全国の有志と共に日本における自然療法の力を世界に発信する準備に日々猛進中。活動のひとつに日本の知恵を繋げる「1本草プロジェクト」開始、(福島・宮城) 編を制作。年に1度、全国のセラピストや自然療法士を集めて、交流、情報交換の場「NaOフェス」を開催している。(2015年/京都一乗寺の恵文社・2016年/明治学院大学・2017年/熊本)

一般社団法人 自然療法機構 TEL 0797-38-7717

< 79 >

朝夕、涼しくなってきました。私のサロンには、いろんなお客様がみえられます。勿論、トリートメントをする場所なので、あたりまえの話なのですが、そういう事ではないのです。サロン自体形態がとも自由な場所なので、トリートメントをする方ももちろん、他の施術を提供する人も。施術をならいにくる人。植物療法を習いにくる人。ヒルデガルトの勉強に来る人。映画を観に来る人。ハーブを買いに来る人。自然療法機構のメンバーさん。とにかく、遊びにくるのか、仕事にくるのか、癒されにくるのか、嬉しいことに大勢の人が来てくださいます。しかも、私の有無は関係なく、風通しが良いというのはこの事をいうのでしょうか。

みましよう」と、植物ハカセ。もう成長してどなたがたヨモギがワサワサ生えています。でも、その足元を見ると、可愛らしくセリの葉が遠慮がちに顔を出していました。足元びちゃびちゃになりながら、楽しい植物観察は続き、朝ごはんを食べ、スタッフへHP指導を終えて、無事帰っていかれました。朝ごはんにセリが使われたかどうかは、ここではふれずにおきましょう。

今年の夏にも、私が代表を務めている団体である自然療法機構 (NaO) のHPを作成して下さっている方が遠方から見えられました。あまりにもネット関係が疎い私たちを心配したのか、指導しに来てくださったのです。その方は某植物園にお勤めをされていて、植物の知識はあるし、写真も美しく撮るし、間違いなく尊敬すべき植物オタクなのです。私もテンションあがりまくります。目的はHPの作成でしたが、当然のこと、それで終わるわけにはいきません。「散歩行きますか？」朝ごはんの前に、お誘いしました。私のサロンは国道2号線に面してはいるものの、5分も歩けば、何種類もお魚が泳ぐ清流があるし、もう10分北に進めば、山に入るので、近道をして、山に入りました。川の上流があります。「川に降りて

ツユクサ (ツユクサ科) *Commelina communis* L. 英名 デイフラワー 朝露を受けて花が咲き出すから露草 (つゆくさ) という名になったと言われています。でも、きつと朝露を受けて咲き出すお花は他でもないように、このお花にこんなおしゃれな名が付けられたのは、どこにもあるような草なのに、お花が咲いたとたんに急に存在感が増し、萎れてもまた、次の朝には、咲いている、(実は、隣にいる蕾がさくのを待っているのですが) そんな、はかなさやうつろいやすさが感じられる草だった事が、素敵な名前獲得になったのかもしれない。

乾燥させたものを煎じて、解熱、下痢止めやのどの腫れに使います。



ツユクサ

また、あせもやかぶれの時にお風呂に入れたりもします。小さい植物なので、なかなか大量に採ろうと思えば、少し大変かもしれません。昔は染料にもしたそうで、栽培していたところもあったとか。私は子供のころに上水路に咲いていた数本のツユクサが世界で一番美しいお花だと信じていたので、子供ころにも摘むことすら憚れて、毎日大切に守っていた夏の記憶があります。

セリ (セリ科)

英名 *Oenanthe javanica* オオタードロッパウト

日本各地湿地や清流が流れるところなら、どこでも見られるので、つぎり日本の代表する植物なのかなと思っていいたら、学名がジャワイカ、すなわち「ジャワの」という意味で、知った時、がっかりしました。春の七草でも知られているし、なんといつても「古事記」にも記載されている。確かに日本の原産なのです。

東南アジア、インド、オーストラリアにもあるそうで、勝手にわが国もものと決めつけてはいけないうのですが、学名を考案したのはリンネですが、彼のつけた学名の中で、原産国の名前がつけられた植物がある以上、なんとなくセリにはヤポニカ「日本」を付けていたのかもしれない。と思ってしまうのです。

独特の香りから、お浸したお味噌汁の椀だねに、鍋にと、食用にとでも良く使われます。葉に含まれる精油は発汗作用があり、食欲も増進させます。乾燥させた葉をお風呂に入れると、肩こりや神経痛に良いとされています。

※お詫び 前号において、チョウセンアザミとウイキョウの写真が入違っておりまして、訂正してお詫び申し上げます。

運命に負けない 攻めのリフトケア、始まる。



Therma TiNOA

サーマティノアは、1台でショットからクーリングまで。効果的なエイジングケアが可能なRFエステ美顔器。

詳しくは日本ビューティHPまたは『サーマティノア施術方法』で 検索

サーマティノアのこだわり

業界初! 10MHzで満足度の高い肌実感

COOLモード搭載! ショットからクーリングまで1台でOK!

フェイス用ボディ用5種類のアタッチメント

