

アロマセラピストも岩盤浴に注目！

岩盤浴とアロマセラピーのコラボレーションを試みるアロマセラピスト・余湖美香さんに、導入の経緯や効果の出方について聞きました。

岩盤浴にアロマセラピーの芳香浴やトリートメントをプラスすると、リラククス度が違ってきます。セラピストのセルフケアにも最適です。

最近なにかと話題の岩盤浴。すでに体験された方も多いのではないのでしょうか？ 私自身、セラピストとして活動する中で疲れを感じることもありますし、体調を崩したからといってすぐ予約をキャンセルするというわけにもいかないので、健康管理とリフレッシュのためにも岩盤浴を利用しています。

また現在、愛知県豊川市にある『岩盤浴ユカラ』にて、アロマセラピー他3メニューを展開し、好評をいただいております。そのきっかけは、姉妹店『ムーンストーンスパ』がある旅館（天の丸・風の谷の庵）に岩盤浴施設が完成予定だったことでした。さまざまな施設を視察するうち、湿度が高く閉め切られた岩盤浴室内の香りが気に入り、アロマセラピーの芳香浴を取り入れているサロンを選ぶようになりました。岩盤浴にアロマセラピーが加わることで、リラククス効果が断然に異なってくるのです。

その後、ユカラの社長にアロマセラピー導入のお話をいただき、浴室と更衣室の芳香・オリジナルアロマシャンプー・そしてトリ-



余湖美香（よこみか）さん
IFA認定セラピスト。「アンモイゼ」代表。
TEL0532-56-3630
<http://www.unmoise.com>

ートメントを提供することになったのですが、当初は手探り状態からのスタートでした。試行錯誤の結果、岩盤浴の後よりも前にトリートメントを行った方が身体への負担もなく、精油成分が岩盤で温められ末端まで行き渡ることで発汗量が増え、他にも多くの相乗効果が得られることが分かってきました。特に女性クライアントに多い、冷えによる代謝不良・肩こり・うっ帯・倦怠感・偏頭痛・自律神経の乱れ・PMS・自然治癒力の低下を改善するには有効でした。

また、寒い季節になると手が冷たくて悩んでいるセラピストの方にも岩盤浴での体質改善がおすすめです。クライアントに触れた時に手が温かいと安心感があり、包み込まれるような心地よいトリートメントになります。

時代の流れと共に変化を見せる癒しの世界。セラピストも基本は忠実に守りながら、柔軟に対応することが必要とされているように感じます。それが、セラピストが活躍する場を上げていくことにつながっていると思っています。