



# こころ&からだ

2022 SPRING号

発行日2022年4月1日

No.121

## つらい厳しい時こそ笑顔と感謝

コロナがなかなか終息しないなか、突然ロシアがウクライナに侵略し、戦争を始めました。

私たちを取り巻く環境では、嫌なことばかりが報道されます。テレビを見るとネガティブな感情が沸き上がってきます。

人間は周りの環境に影響されやすいのです。こういう時だからこそ前向きな行動が必要です。

では、どうしたらいいのでしょうか。

とても簡単な方法があります。それは笑うことです。大きな声を出して「わっはっは」と笑ってみてください。しばらく笑い続けると、いつの間にかマイナスの感情は消え去っています。

頭で考えても物事は一向に変わりません。何も考えず、ただ行動してみることしかありません。必ず、結果が付いてきますよ。

もう一つは「感謝」です。感謝が大切だと言いながら、いつの間にか感謝を忘れていませんか。

仏教の教えに「六方拝」というものがあります。

東に向かって先祖や両親、子孫に感謝。

西に向かって夫婦や家族、親戚に感謝。

南に向かって師匠や許せない人に感謝。

北に向かって友人や同僚に感謝。

天に向かって太陽や月、大自然に感謝。

地に向かって大地や動物、植物に感謝。

特に信仰している宗教がなくても、感謝する心は大切です。六方拝にこだわることはありますんが、すべてに感謝することを習慣になると、さわやかな気持ちで一日を過ごせます。

ウクライナの戦争は、国家間の問題というより、プーチンの個人的な怒りと恨みが膨れ上がり引き起こされたように感じます。感謝する心があれば、こんな事態にはなっていかなかったのではないかでしょうか。

理事長 本山 健治

### CONTENTS

#### ② 仲間・家族へのふれあい報告

大切な人たちの健康と笑顔のために

鹿児島県 松島 望未

セラピーでのおかげで優しい息子に成長

福井県 高橋 有希子

#### ③ セラピスト活動報告

育児や家事の合間にできる最高の仕事です

石川県 西野 秀美

23年のセラピスト人生でもっとも信頼できたフットセラピー

愛媛県 岩村 由香里

#### ④ セラピストを育成するトレーナー紹介

52歳で資格取得して20年。鹿児島でセラピーの輪を広げて

鹿児島県 有馬 和子

#### ⑤ 季節の会員勉強会レポート

すべての始まり、春は肝経・胆経のケアを

鹿児島県 濱田 あい子

#### ⑥ 私たち、資格を取りました!

地域ならではのお悩みに応えていきたい

北海道 白田 咲子

高齢者や障がいの方々にもセラピーで笑顔に

石川県 窪田 健太

#### ⑦ こんな活動しています

テレビやネットでは得られないリアルな感動を広げたい

三重県 藤田 かおり

#### ⑧ スケジュール 事務局より

# 仲間・家族へのふれあい報告

## 一家に一人のセラピスト

当協会で学ぶと、家族や仲間にセラピーができます。入門した皆さんの「ふれあい報告」をお届けします。

### 大切な人たちのために 健康と笑顔のために

#### 【鹿児島県】松島 望末

ヘッドセラピーの資格を取得して以来、家族や周囲の方々に施術する機会が多くなりました。

我が家は、主人と中学生の息子、そして小学生の娘のいる4人家族で

ニケーションも図れています。

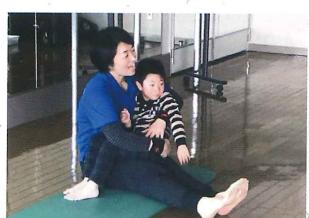


### セラピースでのおかげで 優しい息子に成長

#### 【福井県】高橋 有希子

セラピーを学んで以来、家族の触れ合い生活の一部となり、ほぼ毎日行つてきました。

私は、運動指



導の仕事をしており、産後3か月から仕事に復帰しました。帰宅が遅くなることもあります。幼い息子は私が帰るのを待っていました。そんな息子とのコミュニケーションは、お布団の中での「フット・ハンド・ヘッドセラピー」。足指を触ると「こしょぱい！（くすぐったい）」といなが

ら嬉しそうに転がっていました。笑つたりはしゃいだりした後のセラピーで、5分もたたない間に眠りに入つていてきました。

親として遅い時間まで子どもが起きていることを不安に思つていましたが、メリットもありました。セラ

ピーをしていると、息子が、その日にあったことをぼつぼつ話してくれるようにになったのです。しだいに呼吸も落ち着いて、足首も緩み、体の緊張が取れていくのがわかります。ぐつぐつして寝ついた翌朝は目覚めよく、元気に学校に向かう姿がありました。

寝る前、学校に行く前、学校から帰ってきた時等、息子には日々のい

す。練習も兼ねて、家族への施術をおこなっています。主人や子どもたちがセラピーを催促くると、いざ私の出番です。「すごく気持ちいい」「頭が良くなりそう！」という感想が飛び交い、その言葉で私は元気をもらいます。そればかりではなく、その日あつた出来事や学校のことなども話していくことがあります。そればかりでなく、元気な時期にさしかかった子どもたちですが、セラピーを媒介に触れ合い、コミュ

表情が、施術者の私自身にとつてもほっこりした気持ちになり、心が癒されます。これからも、癒し癒される関係を大切にしながら、みんなの健康を願い、笑顔へと導くサポートをしていきたいと思います。

施術後の、幸福感が溢れるおこなっています。主人や子どもたちがセラピーを催促くると、いざ私の出番です。「すごく気持ちいい」「頭が良くなりそう！」という感想が飛び交い、その言葉で私は元気をもらいます。そればかりでなく、元気な時期にさしかかった子どもたちですが、セラピーを媒介に触れ合い、コミュ

を教えて、会話を弾みます。多く感な時期にさしかかつた子どもたちですが、セラピーを媒介に触れ合い、コミュ



元気な時期にさしかかつた子どもたちですが、セラピーを媒介に触れ合い、コミュ



# セラピスト活動報告

## 私もできました！

プロのセラピストとして活躍する会員さんたちの「活動報告」をお届けします。

育児や家事の合間にできる  
最高の仕事です

【石川県】西野 秀美

去年の4月に自宅でサロンを始めました。

もともとアロマセラピストとして働いていましたが、結婚、出産、子育てでアロマのお仕事を離れていました。子育てしながら自宅でできるなら最高だなと思っていたので、自宅サロンが実現して嬉しいです。

日本フットセラピスト協会を知ったのは、ジムやベビーマッサージなどへ出かけた時に知り合ったヨガの先生から紹介されたことがきっかけです。セラピーに興味があつたので、まずは自分で施術を受けてみました。

手足と頭しか触ってないので、腰や肩がとても楽になつたのを覚えてい



現在、日々の空き時間に、お客様に施術させてもらっています。まだ子供が小さい今の私にとって、これは最高の仕事だと思います。毎日がとても楽しいです。

ちょうどサロンを始めたところ、コロナ禍に見舞われ、アロマだけでは厳しいと思いました。そこでツボの勉強もしたくなり、白山スクールに通うことになりました。場所も近く、子連れでも練習、勉強をさせてもらえ、本当に感謝しています。先生から「まずは家族や自分から」と教わり、家族の土台がしつかりしてないと人を元気にはできないなと思いました。こうして、「心と体」を温めること、緩めること、自分と家族の健康を第一にすることを学ぶことができました。

23年のセラピスト人生で  
もつとも信頼できたフットセラピー

【愛媛県】岩村 由香里

フットセラピーの仕事を始めて、もうすぐ23年になります。

最初は自宅サロンを開業し、4年ほど働きました。身体全体の施術もできるようになりました。当時ご縁があった治療院を営む会社の勉強会に参加することに。その会社ではあらたにサロン部を新設することになり、私にそこを任せたいと言つてくれました。いろいろ考えた結果、4年続けた自宅サロンを廃業し、直営サロンで働くことに決めました。

私も50代になると、もつとゆつたりじっくり、今の自分にベストな内容とペースで仕事がしたいと思うようになりました。そこで、今年1月に退職し、再び個人事業に戻ることに。そして、リラクゼーションサロン『香



KAREN 蓮』をオーブンしました。

今までさまざまな勉強をして、幅広く技術を身につけてきましたが、いつも一番大切にしていたのは、やはり日本フットセラピスト協会のフットセラピーでした。深いストレスや深い疲れ、心身の深い過度の緊張を弛緩させるのは、フットセラピーが一番効果的だったからです。フットセラピーの大切さを伝え続け、フットセラピーをし続けてきたことは、私の人生の中で大切な宝物です。こちらの協会との出会いは、私の人生に深く価値ある学びと歩みを与えてくださいました。とても大切な存在です。



3年前には調香家としての学びも得ました。現在は、お香の素晴らしさを取り入れたサロンに進化し、再スタートしたところです。これからも、今までの人生で得た大切なことを、ご縁ある方達に伝え続けていける、愛溢れるサロンにします。この先がとても楽しみです。

# セラピストを育成するトレーナー紹介

トレーナーの主な活動はセラピストを育成すること。  
全国で活動するトレーナーのお一人に、セラピー人生の  
きっかけやトレーナーとしての転機をお伝えします。

52歳で資格取得して20年。  
鹿児島でセラピーの輪を広げて

【鹿児島県】有馬 和子

## 大きな3つの波

私が本協会の資格を取得したのは52歳の時。今年で20年目となりま

す。資格を取得した当時は、セラピストの生活は大変だらうと漠然と思つていました。しかし今では、年間30,000kmをフルマラソン走り、夜遅くなつても疲れず、毎日のセラピーやセラピスト育成が樂しくてじよのがなりのです。

私が尊敬する斎藤一人さんの言葉に、「天職とは、仕事から呼ばれる」と「乐しく仕事をしてゐるヒ指導靈が付いて応援してくださる」とあつたのを思い出します。それをまさに実感する20年でした。

振り返ると20年の間に大きじ流れが3回あります。

最初は、資格を取得後すぐ。1人のお友達だけのために、2時間かけて、毎週出かけることから始まりま

した。続けて3ヵ月ばかり、集まつてくださる方々を施術する拠点が3カ所に増えていました。

## 求められたトレーナーに

次の流れは、その3カ所で受けてくださる方々が、セラピスト養成講座を受講したりと言われたことです。私は本部に行き、トレーナー資格を取得し、その一員に加えていたきました。この時期は施術と受講で大変賑やかになりました。受講してくださる方には、「気の合うお友達と一緒に受講されたらお互い癒されますよ」と伝えましたので、多くの方がお友達と一緒に立って受講してくださりました。

この時参加してくれた方が、今では鹿児島県下でトレーナーとして活躍されています。羽根田先生は、やともと講習会で、実技のモデルとして足を貸してくださった方です。持永先生は、出水市の生涯学



3回目の流れは、ある社長さんを紹介され、施術のため、ご自宅に毎週伺つようになりましたことです。脊柱管狭窄症で動くのも不自由だったのが、今は好きな海外旅行に年3回も行けるようになりました。そこからじ縁が広がり、ライオングループを用意してくださり、私は毎週伺うだけで施術を提供していました。

最近の活動としては、症状別セルフケアの勉強会をスタートし、お客様に喜んでもらっています。私の今後の楽しみでもあります。私の今までの楽しみでもあります。

20年間、お客様も受講生も、すべてに紹介だけで、セラピーの輪が広がっていました。コツトセラピストとしてのお仕事に呼んでくださいまして感謝していました。コツトセラピストとしての皆様また、私の至らなさを温かく包んでくださった方々にお詫びと感謝を捧げます。(合掌)

習に参加されたことがり始まりました。小山先生は、健美体操の体験会参加が受講のきっかけでした。

## クセノリ(セラピスト)縁がつながって

した。続けて3ヵ月ばかり、集まつてくださる方々を施術する拠点が3カ所に増えていました。

紹介され、施術のため、ご自宅に毎週伺つようになりましたことです。脊柱管狭窄症で動くのも不自由だったのが、今は好きな海外旅行に年3回も行けるようになりました。そこからじ縁が広がり、ライオングループを用意してくださり、私は毎週伺うだけで施術を提供していました。

最近の活動としては、症状別セルフケアの勉強会をスタートし、お客様に喜んでもらっています。私の今後の楽しみでもあります。

20年間、お客様も受講生も、すべてに紹介だけで、セラピーの輪が広がっていました。コツトセラピストとしてのお仕事に呼んでくださいまして感謝していました。コツトセラピストとしての皆様また、私の至らなさを温かく包んでくださった方々にお詫びと感謝を捧げます。(合掌)



春の会員勉強会を岐阜県の青山先生と担当いたしました。

春はすべての始まりです。温かくなり、草木の芽吹き、花が咲き、蝶や虫が飛び交い、冬眠から目覚めた動物や水中の生き物も活発に繁殖や繁殖をしています。

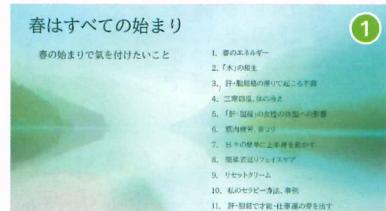
## すべての始まり、春は 肝経・胆経のケアを

【鹿児島県】濱田　あい子

# 季節の会員勉強会レポート

2月5日開催 立春に向けて……

五行に合わせた「季節の会員勉強会」を、年5回行っています。講座を担当した先生のレポートをお届けします。



卓も賑わいます。「春眠暁を覚えず」といいますが、宵張り、スマホのブルーライトの影響で朝起きるのが、ツライ人が多いです。また、「仕事・学校に行きたくない、やる気が起きない」と新生活で仕事や人間関係の緊張や不安から自律神経が過敏になる人もいます。そんな時でも、まず起きて、窓を開け、朝陽を浴びましょう！朝陽が体内時計のスイッチを入れ、やる気のセロトニンが活性化します。そして、夜には睡眠のメラトニンに変化して自律神経バランスを整えてくれます。(写真③朝陽)

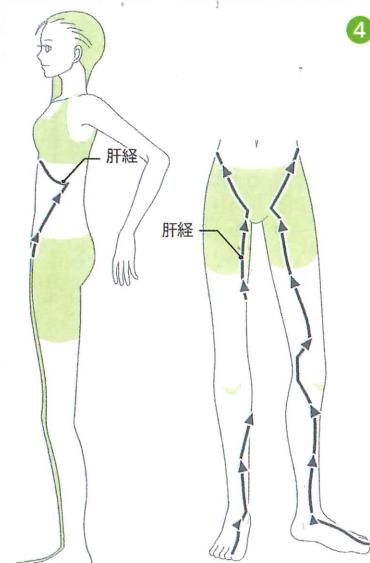
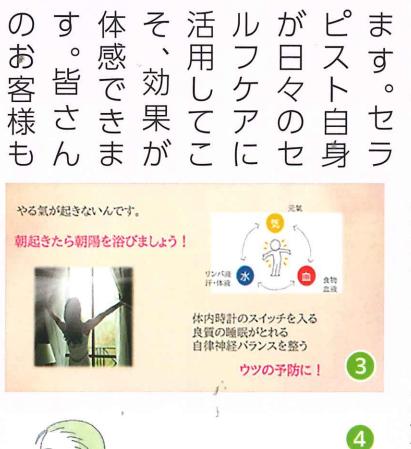
全国には多くの仲間がいらっしゃいます。新型コロナ感染症の禍ばかりが言われますが、幸いにもZoomで画面越しに会い、話をする機会に恵まれています。人と人との触れ合いが中々になつた今、離れ離れになつても同じ志・同じ技術を持つ仲間の絆を強めて参りましょう。お役に立てることがあれば、ご質問などお気軽にご連絡ください。

肝胆経の経絡図をみると、フットセラピー・ヘッドセラピーが日々のセルケアに活かせることが解ります。セラピスト自身が日々のセルフケアに活用してこそ、効果が体感できます。皆さんのお客様も

「痛くない、心地いい時間」が心と体をゆるめて喜んでくださっていますよね。まだまだ説明が不十分なため、協会サイトで勉強会の動画視聴をお勧め致します。(4)経絡図

陰陽五行論で「春」は、五臓六腑の肝・胆経が配当します。「筋・目」の疲れが起きやすく、オンライン講座やスマホでお疲れの首周りには、ヘッドセラピーの目の周りや首のツボ押しへ疲労回復と予防に役立てましょう。(写真②)

肝・胆経は、感情面では「イライラ」「怒り」です。腹式呼吸・体側面のストレッチや食養の「青い物」「酸」が有効です。春の野草の苦味で冬の体のデトックス、春野菜の彩りで食



# 私たち、資格を取りました!

当協会では、常に新しいセラピストさんが誕生しています。そこで、新しく仲間入りされた方々をインターとともにご紹介します。



本山・実際学ばれて良

**本山**…お名前を教えてください。  
**白田**…白田咲子と申します。北海道室蘭市に住んでおります。室蘭は冬でもあまり雪が降らないのですが、今年は豪雪で、交通障害が起るくらいでした。

**本山**…協会との出会いは?

**白田**…私の友人が室蘭市でオーラソーマをやっているのですが、彼女から須藤先生を紹介してもらつたのが、10年以上前だったと思います。その時は、須藤先生はまだ講師の資格をとつていませんでした。その後、講師の資格を取つた須藤先生から、最初に経絡力ードとマッサージを体験させてもらうと、習つてみたいと思うようになります。

**本山**…どの資格を勉強されましたか?

**白田**…経絡カードと経絡エナジーカード、それにプロフットです。

**本山**…勉強しようとしたきっかけは?

**白田**…もともとエステの仕事をアルバイトでさせてもらつていました。その時は顔だけの施術だったのですが、「身体の方が大事なのはでは」と思うようになりました。それからずっとボディを教えてもらえるところを探していたので、そういう時に、経絡カードとフットマッサージのセットの体験が、自分でびっくりするくらい衝撃がありました。

白田さんインタビュー▼



**地域ならではのお悩みに応えていきたい**

**白田 咲子**  
北海道



高齢者や障がいの方々にもセラピーで笑顔に

**本山**…歩き方、地に足をつけて歩く。足が人間一番大事なのだと実感しています。家族や、お客様にフットマッサージをして皆に喜ばれています。

**本山**…サロンは始められたのですか?

**白田**…はい、自宅サロンを2021年2月22日に開業して丸1年になります。来店くださるお客様に施術をしています。

**本山**…コロナの影響は?

**白田**…オープン時がすでにコロナ禍だったので、イベント自体がほとんどできず、みんなに知つてもらうことが難しい状況でした。そこで、ゆっくりやればいいと考えました。SNSなどを通じて告知し、少人数で映画館の隅のスペースを借り、経絡カードを体験してもらい、どういうものかを知つてもらって、サロンに来てもらうということをしておりました。

**本山**…今後はどのような活動を?

**白田**…この状況ですので、ホームケアが大事になっています。どうしても運動不足になってしまいます。特に運動不足にもなってしまいます。特に北海道は、冬は滑らないように歩くため、外側の筋肉が硬くなる人達が多いです。そうすると過緊張が外側にはいつてしまうのです。家でも、それをほぐす足操術、フットセラピーをできたらと。地域や季節にあつたものをやつていきたいです。経絡の勉強をしながら探していくので、お客様の不調箇所の不調を緩めるサロント続けていけたらいいと思っています。

**本山**…確かに、色や温かさ、重さや軽さなど、比較するとわかりやすいですね。

**白田**…高齢者のお客様が多く、身体が樂になり、気持ちも明るくなれたら、

**本山**…お名前を教えてください。  
**蓬田**…蓬田健太と申します。よろしくお願いいたします。石川県金沢市に住んでおります。

**本山**…協会との出会いは?

**蓬田**…もともと私はフットケアをしていました。イベントで兵庫先生と一緒にお会いがあり、その際にこちらの協会を紹介していただいたのが始まりです。

**本山**…もともと私はフットケアをしていました。イベントで兵庫先生と一緒に協会を紹介していただいたのが始まりです。

**本山**…本当に、本当にそう思います。

**蓬田**…もともと私はフットケアをしていました。イベントで兵庫先生と一緒に協会を紹介していただいたのが始まりです。

**本山**…今は資格を活かしてどのような活動をしたいですか?

**蓬田**…本当に、本当にそう思います。

**本山**…今後は資格は何を取得されましたか?

**蓬田**…もともと介護福祉士として介護の現場で働いています。フットケアに関する年半位になります。親がフットケアに関わっていたので、「私にもやらせてほしい」と、勉強しながらやっています。

**本山**…当協会の資格は何を取得されましたか?

**蓬田**…私がやっていたフットケアのセラピーは、マッサージ的なトリートメントが中心。しかしお客様の中には、巻き爪や足の冷えなどのお困りごとが多く、何かできないかと。そこで、こちらの協会のフットセラピーを提供することにしました。結果、足が温かくなつた、楽になつたという感想をいただいています。

**本山**…是非癒しの時間を利用して、介護職員は大変な思いでケアを続けたい。また、コロナ禍で、介護職員を提供したいです。介護福祉士としても、高齢者や障害者の方にボランティアなどでケアを続けたい。

**蓬田 健太**  
石川県



蓬田さんインタビュー



施術前と後に、写真を撮っています。それを見て、「こんなに色が違うよ」「すごいよ」とお客様から笑顔で言われる「施術してよかったな」と心から思いました。

**本山**…是非癒してください。今日はありがとうございました。

**蓬田**…こちらこそ、ありがとうございました。

触れ合うことがリフレッシュに役立っているのかなと思っています。

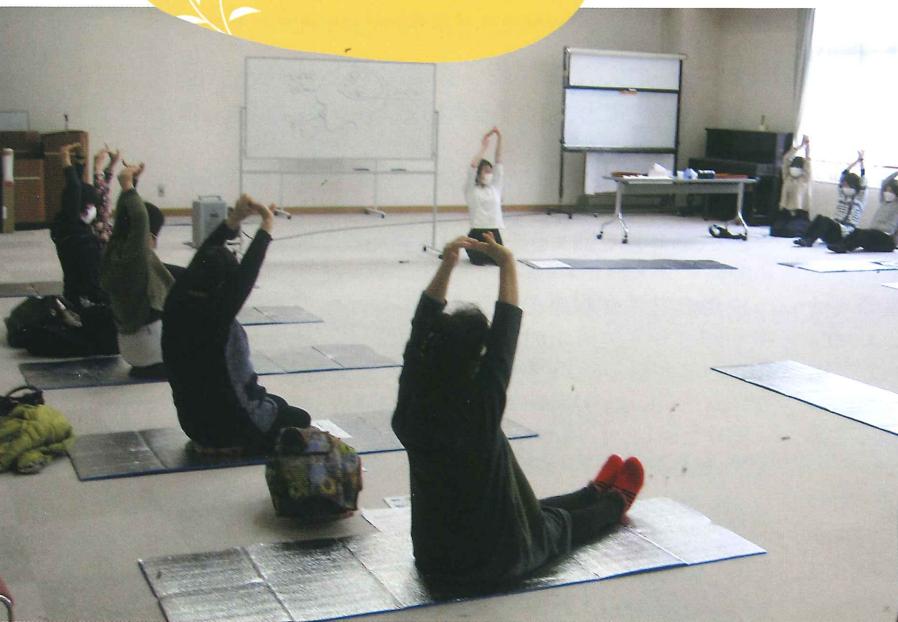
**本山**…いいですね。喜んでいただけるということは幸せですよ。

**蓬田**…本当に、本当にそう思います。

**本山**…協会を活かしてどのような活動をしたいですか?

**蓬田**…多くのお客様にフットセラピーを提供したいです。介護福祉士として、高齢者や障害者の方にボランティアなどでケアを続けたい。

# こんな活動しています



かけは、契約している産婦人科でフットセラピーをおこなった時でした。育休明けで復帰されたお母さまから、「あんなにゆっくりできる時間を持つ周围の人にも教えてあげたい！」地域のために癒しの講座をやつてほしい」と、わくわくしたお顔で提案してくださったのです。

アロマテラピーとハンドセラピーやヘッドセラピーを組み合わせた講座はみんなの顔が柔らかく

社協でのお仕事のきつかけは、契約している産婦人科でフットセラピーをおこなった時でした。育休明けで復帰されたお母さまから、「あんなにゆっくりできる時間を持つ周围の人にも教えてあげたい！」地域のために癒しの講座をやつてほしい」と、わくわくしたお顔で提案してくださったのです。

アロマテラピーとハンドセラピーやヘッドセラピーを組み合わせた講座はみんなの顔が柔らかく

セラピストを長く続けることの醍醐味があります。

楽しみながら、自分のペースで、世界をより良く変えていこうとセラピストの活動をお伝えいたします。

三重県 藤田 かおり  
テレビやネットでは得られないリアルな感動を広げたい



皆様こんにちは。  
三重県でリラクゼーションサロン経営を基盤にし、それと同時に外部で様々な活動を行っています。  
先日社会福祉協議会にて認知症

予防教室を行いました。講座は年間にわたり各地区であるのですが、コロナ禍の影響で講座がほぼなかつたため、「とても待ちどおしかつた！」という皆様とお会いできました。

た。

社協でのお仕事のきつかけは、契約している産婦人科でフットセラピーをおこなった時でした。育休明けで復帰されたお母さまから、「あんなにゆっくりできる時間を持つ周围の人にも教えてあげたい！」地域のために癒しの講座をやつてほしい」と、わくわくしたお顔で提案してくださったのです。

アロマテラピーとハンドセラピーを組み合わせた講座はみんなの顔が柔らかく

こないました。アロマオイルを一緒に香つて「いい香り！」、手先の運動をみんなで頑張つて「うわ～めっちゃ動くようになった！」、手のツボを押して「気持ち良い！」。声があるたび、みんなが素敵な笑顔になります。私達講師陣も、「楽しい、気持ち良い、嬉しい」がどんどん広がっていくのを実感できた時間でした。

教える、という気持ちではなく、一緒に楽しい気持ちを共有する、講座の持つその感覚が私は大好きです。素敵な笑顔がもつともっと広がりますように。

なり、終わった後でもたくさん質問があがります。多くの人が、自分で健康を維持できるセラピーにても興味があり、体験できる機会を探しています。手足が温かくなる実感、アロマの香りで呼吸が深くなる感覚、東洋医学に基づく身体の豆知識、どれもテレビやネットでは得られない体験です。

クラスが終わると「次はいつ？」と嬉しいお声があがります。

今回は3人の仲間とクラスを

おこないました。

アロマオイルと一緒に香つて「いい香り！」、手先の運動をみんなで頑張つて「うわ～めっちゃ動くようになった！」、手のツボを押して「気持ち良い！」。声があるたび、みんなが素敵な笑顔になります。私達講師陣も、「楽しい、気持ち良い、嬉しい」がどんどん広がっていくのを実感できた時間でした。

教える、という気持ちではなく、一緒に楽しい気持ちを共有する、講座の持つその感覚が私は大好きです。素敵な笑顔がもつともっと広がりますように。

# スケジュール

●スケジュールは変更する可能性があります。

お申込み、お問い合わせはmail:[honbu@jfta.net](mailto:honbu@jfta.net)か公式ラインからお願ひいたします。

日程	イベント名	開催場所	対象者・参加資格	備考(イベントの内容)
<b>4月</b>				
2日	会員勉強会	Zoom	会員限定	コロナ禍でも元気な私の活動報告
<b>5月</b>				
7日	トレーナーミーティング	Zoom	トレーナー	活動状況の共有＆今後の企画
<b>6月</b>				
4日	会員勉強会	Zoom	会員限定	活動に活かせる嬉しい体験報告など
11日	トレーナー更新講習会	Zoom	トレーナー	今後の協会の方向性を共有する
15日	トレーナー更新講習会	Zoom	トレーナー	今後の協会の方向性を共有する
17日	トレーナー更新講習会	Zoom	トレーナー	今後の協会の方向性を共有する

毎週月曜日、水曜日、金曜日の22時から開催しているワンポイントレッスンの翌月のテーマは月末の最終日曜日に公式ラインでお知らせいたします。

## 事務局より

コロナ禍の中の3度目の春。皆様いかがお過ごしでしょうか?

春といえば、新しいことを始めるのにぴったりな時期です。思うように出かけもできずストレスフルな生活が続いているますが、考え方を変えれば、リモートで日本や世界の人々と一緒に簡単に学べる機会があります。

移動時間や交通費をかけず学び始められます。まずは本山理事長が開催しているレッスンはいかがでしょうか。簡単なセッションとセルフセラピーで、体の変化をその場で体感できます。無料で参加できるので、ご自身や家族の健康管理にぴったりです。ユーチューブでも確認できます。是非、チェックしてみてくださいね。

3月から協会は新年度を迎えます。変わらず、会員の方々のサポートを行ってまいります。ご不明点がありましたら、メールにてお問合せくださいませ。



事務局 丸山亞紀

春、心身ともにうきうきする季節でスキップしたくなりませんか?

コロナも終息しないなか、会員の皆様、つつがなくお過ごのことと存じます。

さて、新年度を迎えるにあたり事務局からお願ひがございます。

決済の方法が従来の振込みに加え、クレジット決済やキャッシュレス決済が加わり、とても便利になりました。お申込みは余裕をもってお申込みいただけすると、事務手続きがスムーズにまいりますのでご協力をお願いいたします。

何かと新しい仕組みに慣れるまでは戸惑いがあるものです。私もアナログ人間なので、皆様にご迷惑がかからなないように一緒に学んでまいりたいと存じます。

当協会では、スキルアップ講座も充実しております。ぜひ、技術を高めてまいりましょう。



事務局 田倉一枝

## ワンポイントレッスン 開催中!

毎週月曜日、水曜日、金曜日の22時から30分で、セルフセラピーを中心に「痛み」や「悩み」を解決する方法をご紹介しています。開催テーマやZOOMのURLは公式LINEでお知らせしています。お気軽にご参加ください。

## LINE登録お願いします!

LINEの公式アカウントに登録しましょう。新しい情報をいち早くお届けします。登録された方に、講座やセミナーで利用できる500円チケットをプレゼントいたします。

登録時に必ず「お名前」をお書きください。

### 【登録方法】

スマートフォンで右のQRコードを読み取ってください。



会報誌のご意見・ご感想を  
いただいた方に

## 500円チケット 全員プレゼント

会報誌の記事についてご意見ご感想をお寄せください。お寄せいただいた方全員に、当協会のセッションやセミナーに使える500円チケットをプレゼントいたします。送付方法はメールかLINEでどうぞ。

こころ&からだLABO

NPO法人日本フトセラピスト協会

Japan Foot Therapist Association

東京都葛飾区青戸8-22-7-103

URL : <http://jfta.net/>



企画：NPO法人日本フトセラピスト協会

編集：水原敦子

制作：山本啓之

デザイン：黒川由香

## 募集 会報誌「こころ&からだ」に登場しませんか!?

みなさんの活動情報などを紹介いたします。自薦他薦は問いません！あなたのセラピー活動についてお聞かせください。なお、ご応募いただいた順にご紹介しますので、すぐに掲載されない場合もございます。あらかじめご了承くださいませ。ご応募、お待ちしております！

### 【応募方法】

- ① サロン名(あれば)と氏名
- ② サロンデータ(住所・所在地、電話)
- ③ 活動などについてのコメント

事務局あてにメールにてご応募ください。[honbu@jfta.net](mailto:honbu@jfta.net)