

第64回 ハートシェア 終了報告

日時 5月31日 水曜日

14時～15時30分

テーマ 「アロマで癒されてみませんか?①

ラベンダーとティートゥリーのクリーム作り」

講師 クリニカルアロマエキスパート

中村看護師 前田看護師

参加者 11名

【当日の様子】

クリーム作りが手際よくできるか心配しましたが、無事出来上がり、容器のふたなどに施した装飾もきれいにかわいく仕上がり、気分も上々、皆さん笑顔になりました。

ハンドトリートメントでは、ひのきとだいだいの精油が入ったオイルを用意し、好きな方を選んで使っていただきました。「こんなに気持ちのいいものなんだね。今までマッサージとか受けたことなかったからね」などの声も聴かれ、手のぬくもりといい香りに包まれて癒しの時間になりました。

化学療法中の皮膚トラブルに対しての使用方法など、参加者から確認する場面もありました。

お互いをトリートメントし合いながら、病気の事、家族のことなど笑顔で話している場面もあり、表情から少しは心が軽くなったのでは、と感じました。

～中村看護師からアロマの説明～



クリーム作り

- ① 蜜蝋とホホバオイルを温めているところ



- ② ①に温めた精製水を加え容器に移して混ぜる。冷めたら精油を入れてかき混ぜて出来上がり。

マッサージの手ほどきを受けながら
参加者同士でもハンドトリートメント



☆参加者みんなの力作☆
手作り容器。個性溢れています



赤羽医師も参加してくれました。
診察室の外で、リラックスしながら
患者さん家族ともお話が弾みます。