

## ヨガ・アロマ部の「アロマハンドマッサージ ボランティア」報告

ヨガ・アロマ部の学生8名が、3月7日に神戸市北区のデイサービスセンターを訪れ、26名の利用者の方々に10分間のアロマハンドマッサージを行いました。使用した香り（アロマ）は、「ローズマリー」「ラベンダー」「スイートオレンジ」「ゼラニウム」の4種類。それぞれの香りが心地よい癒しの時間を提供しました。

マッサージを受けた利用者の方々からは、「気持ちよかった」「お話ができてうれしかった」といった温かいお声をいただき、学生たちも「利用者さんが喜んでくれて嬉しかった」「自分自身もとてもリラックスできた」と感想を述べていました。

ケアは、提供する側と受ける側がともに「喜びを感じ合う」ことで成立するものです。学生たちは、わずか10分間のハンドマッサージを通じて、その本質を実感する貴重な経験ができたのではないのでしょうか。

本学のヨガ・アロマ部では、ボランティア活動へのご依頼を受け付けております。ご希望の方は、以下の連絡先までお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先

神戸常盤大学 看護学科

担当：藤原桜（ヨガ・アロマ部顧問）

TEL 078-611-1821

Mail [s-fujiwara@kobe-tokiwa.ac.jp](mailto:s-fujiwara@kobe-tokiwa.ac.jp)

