

第4回特別企画セミナー

武本先生
の

二の腕リンパトリートメント & ハンドトリートメント



セミナー報告

二の腕ってむくんでいるから、太いの？

2017年11月27日、神戸校でセミナーが開催されました。

毎日、酷使している「手」や「腕」だからこそ、え？むくむの？むくみをとれたら、細くなるの？二の腕が？と事務局でも興味津々。女性なら二の腕を少しでも細くしたいため、運動の一つや二つ、いえいえ三つや四つしたことはあるでしょう。(効果が出る前にやめてしまいますがね。)

そこで今回のセミナーは、なかなか気づきにくい「手と腕」のむくみへのアプローチ方法と予防を軸に、武本先生に開催してもらいました！

受講された方々は、○自身のスキルを上げるため ○イベントなどで使いたい ○仕事に役立てたい ○自身も細くなりたい ○ハンドトリートメントに興味があった、など本当に様々でした。



まずは、セミナーの効果が一番わかりやすい計測をおこなうことに。受講生達が自分の腕のサイズを測り、セミナー終了後どうなっているか！！ドキドキです。

「むくみ」は体の不調を及ぼすほど影響があるの？！

「むくみ」が腕が上から原因の一つだったり、テニス肘や腱鞘炎等の炎症からくる痛みを増やしたり、治りを遅くしたりと不具合に繋がっているそうです。そんな事を聞くと「むくみ」って何？？と考えてしまいます。武本先生によると「医学的には浮腫（ふしゅ）と呼び、血液中の水分が血管から外にしみだして静脈やリンパ管に戻れなくなった水分が、手足、顔などの皮膚の下に溜まった状態のこと。それによって血流が悪くなって免疫が低下したり、筋肉が張ることによって神経を圧迫し痛みが出る原因になったりします。皮膚のトラブルとして・炎症・にきび・湿疹などの症状にも繋がるんです。」と説明してくれました。

「むくみ」怖ッ！



今から3時間、お勉強ですーっ



LESSON1 二の腕リンパトリートメント
二の腕のコリやむくみ、リンパに対してのアプローチ方法

LESSON2 ハンドトリートメント
血行促進・むくみ・ばね指・腱鞘炎の予防

座学 ①オイルを使う利点 ②腕や手に痛みが出る原因&症例

実技 腹臥位と背臥位での施術方法

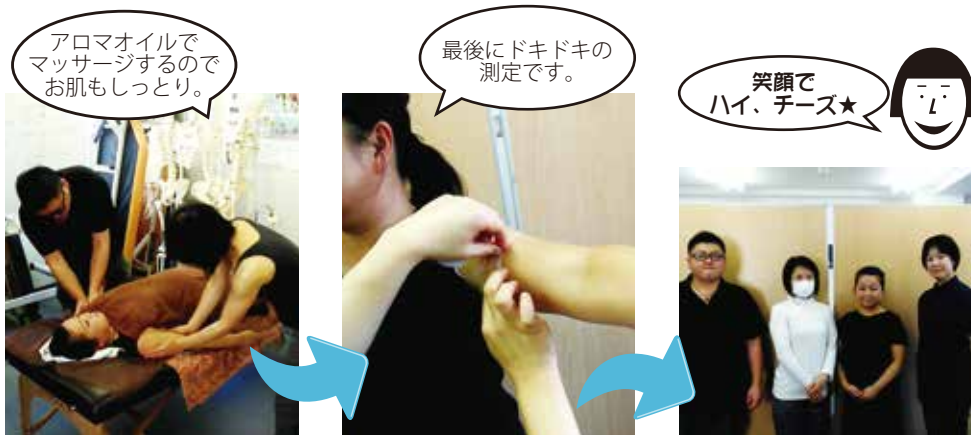


さあ、いよいよセミナー開始！

今回のセミナーでは、滞ったリンパの流れを潤滑にし、むくみへ直接アプローチする施術方法を教えていただきました。下の写真は、その施術方法を学んでいる様子です。



裏面に続きます



アロマオイルで
マッサージするので
お肌もしっとり。

最後にドキドキの
測定です。

笑顔で
ハイ、チーズ★

セミナーも終盤、受講者も熱が入ります！「痛くないですか？大丈夫ですか？」

後半は、受講者同士が施術を行いました。声を掛け合いながら、どんな感じか、痛みはあるのか等確認しながらマッサージ&押圧。溜まっているリンパや老廃物を散らし、炎症を引き起こす筋肉や炎症を起こしやすい部位にどんどんアプローチしていきます。アロマ特有の手の使い方は慣れるまで難しそうです。

測定値の結果・・・

Aさん	右	-0.6 cm	左	± 0 cm
Bさん	右	-1.8 cm	左	-0.2 cm
Cさん	右	-0.2 cm	左	+0.8 cm

ヒューッ
ひ、左が増えてる。
武本先生〜っ！

皆さん、利き腕の右が細くなりました。「計測するときに一番太い箇所を測ったのですが、初めに計測箇所を印をつけていなかったため、施術後の数値が増えたのかな」とCさん。武本先生は、「前腕にリンパがすく溜まっていたから、上腕の通りが良くなった分溜まっていたものが上がってきて、腋化で一気に抜けないから一時的に滞留していたのでは。」とおっしゃっていました。

セミナーを終えて。「お客様がリピートするの、分かりました！」

皆さん、今日習ったことを自宅でも復習しながら今後活かしていきたい、との事です。体の変化として、腕が軽くなる（腕の可動域が広がる）、二の腕がやわらかくなる等が上げられました。アロマオイルが初めての方は、手の使い方が違うため最初少し戸惑うようです。ただアロマオイルは皮膚から入るだけでなく、嗅覚から脳に働きかけリラックス効果もあり、そしてとても気持ちが良いそうです。お客様がリピートされるのも分かる、と皆さん言われます。

講座についての感想です！

- 体験の時間ももしっかりあったのが良かった
- 1ヶ所にスポットをあててのセミナーだったのと、少人数だったのでわかりやすいし、しっかりとやり合えたのが良かった
- 明るく楽しく受講でした
- 予定時間を少し過ぎたので、もう少し時間が長くて良かった

今後受けてみたいセミナーは？

- ストレッチ
- トリガーポイント
- フェイス
- マッスル
- 整体

本当に
お疲れ様でした！



〈LINE QRコード〉

お友だち追加していただいたらフルネームを送ってください。
セミナーの申し込み、リクエスト、その他問い合わせ等にご活用下さい。