

「緩やかに心豊かに生きる方法」

Sarasuvati・kyoka 代表 こえづか 肥塚 きょうこ 恭子



住 所: 加古川市加古川町北在家2723
センタービル1階
営業内容: 脳に特化するサロン・癒脳シロダーラ
アロマトリートメント



私が『アーユルヴェーダ』を取り入れたのは、新型コロナウイルスによる自粛期間中でした。アロマアドバイザー歴15年の私は、「もっと現代人の悩みに適切な施術はないだろうか？」と興味のある資格を模索していた頃に、現在所属する（一社）日本シロダーラ協会の田畑優美子代表に出会いました。自粛期間中のためオンラインでしたが、画面越しに「あっ、この人のこれが見たい！」と心がときめいたのを覚えています。そんな出会いからシロダーラの資

格を取得し、いつの間にかアーユルヴェーダの講座をするインストラクターになっていました。

アーユルヴェーダって呪文みたいでなんだろう？って思われる方も多いと思いますが、『アーユス（生命）』と『ヴェーダ（知識・科学）』という意味から心と身体の本래の良さを發揮して人生を心豊かに生きる方法を説くものになります。

マッサージ（アロマ、シロダーラ）や体操（ヨガ）、食事法（カレーなど）スパイスを使った免疫力アップメニューのすべてがアーユルヴェーダであり、五千年もの歴史がある伝統療法です。東洋医学、西洋医学の根源とも言われていて、なかでも私が提供している『シロダーラ』は美しさと生命力を手にいれる驚異の施術と言われています。

シロダーラは額のツボに薬効ハーブオイルを流し続けて頭蓋骨の内側をみほぐすことで、良質な睡眠とホルモン活性が得られ、脳疲労からくるストレスや痛み（頭痛、肩こり）を根本原因から解消することができますので、メディアでも『脳のトリートメント』と、話題になっています。施術中は瞑想状態になりますので、施術後は何も言えない心地よさと晴れやかな感覚を味わうことができます。

最近では、眼精疲労による様々な不調や仕事の効率ダウンを感じるビジネスマンや、中高年の女性からは「薬にたよらず緩やかに身体に優しく不調を改善したいので、アーユルヴェーダを思い出しました」と御来店下さる方もあり、少しずつ認識されてきているようです。

特にシロダーラを定期的に受けることにより、あなた自身が本来持つ自然治癒力をあげて心と身体のバランスを整えることが期待できますので、脳が元気になるすべてが整うと言っても過言ではありません。

額にオイルを流すことに不安感ある方もおられると思いますので、身近にアーユルヴェーダを体験して頂ける『眼精疲労ネトラケア』を近隣の事業所様にて出張施術もさせて頂いておられますので、お気軽にお問合せいただければ嬉しく思います。

これからもご縁を大切に緩やかに優しく心豊かに生きる方法を加古川の方に喜んでいただけるよう活動していきたいと思っております。



（一社）日本シロダーラ協会代表（写真中央）とチーフインストラクターの皆様（右から一番目が肥塚代表）