

# ~自分らしく生き、自分らしく働く~ ホリスティックセラピーで広がる未来

Text by Anna Murakami

Photographs by Kenji Sakurai

寺岡大祐

*Daisuke Teruoka*

市場のニーズを汲み取りながら  
どんどん体系化・資格化していきたいと思つています。



人の数だけ生き方があるなどいふことを  
私自身が日々吸収させてもらつています。

**ケン・ハラクマ** *Ken Harakuma*

I-YO(インターナショナルヨガセンター)・アソシティ・ヨガジャパン 主催

IHTA(一般社団法人 国際ホリスティックセラピー協会) 理事

「笑顔で働きたいママと子どものためのセラビーアイベント」と称して7月3日に開催された第2回「セラビー起業応援フェス」。ディスカッションやワークショップ、トークイベントなどが行われ、総勢約1500名の参加者が訪れた。日本ヨガの第一人者でIHTA理事である寺岡大祐さんと共にホリスティック業界の未来について語った。

## 「自分らしく働きたい女性のニーズの高まり」

第一回セラビー起業応援フェスには約1500名が参加し、大盛況だったそうですね。開催の目的や狙い、フェスを終えての感想などをお聞かせください。

**寺岡大祐** 開催の目的はホリスティック医学の技術や知識を正しく世の中に広めていきたいというIHTAの設立理念と同じです。女性の会員が増えてきたことに伴い「結婚して子供を産んだ後も自分のペースで自分らしく働きたい、世の中の役に立ちたい」という女性のニーズの高まりを感じるようになりました。そこで今は切り口を「笑顔で働きたいママと子どものためのセラビーアイベント」としてイベントを開催

したのです。参加者1500名のうち、3分の1はIHTAの会員、3分の2は一般の方でした。ヨガやアロマ、整体などに興味はあるもののどうしたらいいかわからぬ初心者の方も多くいらっしゃいましたので、そのような方たちには良い刺激を受けるきっかけになったようです。実際、イベントの参加後、認定校や指定校への資料請求や既に入学申し込みをしてくださった方もいらっしゃり、手ごたえを感じています。

**ケン・ハラクマ** 参加者が活発にコミュニケーションを取って、会場に入った瞬間から女性たちのエネルギー溌溂としたパワーが伝わってきたのが印象的でした。私も10くらい前にヨガの生徒さんを中心とした交流会のようなものをスタッフで行ついたことがあります。「どうやって生きていくか」を理解し、前向きに物事に取り組むモチベーションを与えてもらえるのがヨガの本質で、交流会はその先にある「自分が興味を持ちやつてみたいこと」を見つけるきっかけ作りの場になつていてよう思います。様々な分野と価値観と女性たちが集まつた今回のフェスでも、情報交換の場、吸収の場・発信の場としてとても良い機会になつたのではないか。今回が初めての開催でしたが、このような場が月々ならびでコマースタントに開催されたらしいなと思いました。

IHTA(一般社団法人 国際ホリスティックセラピー協会) 事務局長



—ケン先生が主宰するIYCの生徒さんも9割は女性だそうですね。

**寺岡** IHITAの認定資格でもヨガ関連のものはどんどん増えていて、「ヨガインストラクター1級、2級」をはじめ、「インクーナシヨナル・ヨガインストラクター」「ヨナニティヨガインストラクター」「シニアヨガインストラクター」「キズヨガインストラクター」「小顎フェイシャルヨガインストラクターサ」などがあります。

ケン 日本ではまだまだ「ヨガは女性がするもの」みたいなイメージがありますが、実際、女性が増えたからこそヨガのバリエーションも広がったんですよ。「フェイシャルヨガ」なんて男性では絶対に発想できませんから。ヨガに限らず、女性が物事にかかることでバリエーションが豊かになりますね。色や香り、手触りといった心地よさに敏感だからだと思います。男女で道を歩いている時に女性が花の香りを嗅ぎつけて「いい匂いね」と言つたところ、男性は頗りつつも実はよくわかつていません(笑)。

ケン 五感の感覚、センサーが女性は圧倒的に敏感なんですね。

—女性がするもの」みたいなイメージがあると、女性が物事にかかることでバリエーションが豊かになりますね。色や香り、手触りといった心地よさに敏感だからだと思います。男女で道を歩いている時に女性が花の香りを嗅ぎつけて「いい匂いね」と言つたところ、男性は頗りつつも実はよくわかつていません(笑)。

ケン 五感の感覚、センサーが女性は圧倒的に敏感なんですね。

—生き方”“癒し”が求められている

—これからホリスティック分野ではそのような女性ならでは

間違った認識や解釈が人々に植え付けられている状態に対しても、正しいことを伝えていく義務や責任が協会にはあります。

—ケン先生がIHTAの理事に就任してから3年が経ちました。これから協会の展望とは……?

ケン 協会の活動の幅が広がりました。認定資格の種類も増えて、日に内容が濃くなっていますよね。幼児教育のスペシャリストを育成する「ギフト教育マスター」など、まだ社会にあまり知られていない新しいものを展開する姿勢を持ちつつ、社会のニーズにも合わせながらうまく業界を引っ張つていています。

### 健康アドバイスするセラピスト領域の確立を目指して

—ケン先生がIHTAの理事に就任してから3年が経ちました。これから協会の活動の幅が広がりました。認定資格の種類も増えて、日々内容が濃くなっていますよね。幼児教育のスペシャリストを育成する「ギフト教育マスター」など、まだ社会にあまり知られていない新しいものを展開する姿勢を持ちつつ、社会のニーズにも合わせながらうまく業界を引っ張つていています。

寺岡 現在IHITAで扱っている最後に会員の方へのメッセージをお聞かせください。

—います。理解した上で接していかないとお互いでストレスになりますから。「理解してもらえてる」と女性が安心することで、より実力が發揮できることもあります。女性自身も、たとえば生理前にむくむのは一時的に体が妊娠していることに錯覚する状態が作られることで水分を蓄えやすくなるから、という仕組みをきちんと理解した上で日々を過ごすと楽に生きられるはず。働き方も男性と比較する必要は全くなく、自分の体と上手に付き合いながらライフスタイルを作つていけるといですね。

寺岡 まずは市場のニーズあります。

### Ken Harakura

ケン・ハラクラ 東京生まれ。IYC(インターナショナルヨガセンター) & アシュタンガヨガジャパン主宰。日本のヨガの第一人者として国内外で幅広くヨガの指導や指導者の育成を行なう事業を牽引し続けている。「ヨガから始まる—心と体をひとつにする方法」(朝日出版社)などの著書や監修出版物・DVD多数。2011年よりIHITA(一般社団法人国際ホリスティックセラピー協会)理事に就任。

### Daisuke Teraka

寺岡大祐(てらおか・だいすけ) IHITA(一般社団法人 国際ホリスティックセラピー協会)事務局長 ホリスティック医学の普及とセラピーカンパニーの発展のため、代替医療を正しく世の中に広めるために「カラダ」と「ココロ」の健康を目的に活動している。

—技術や資格はほんの一部に過ぎません。世界にはまだ色々な技術やセラピーがありますので、市場のニーズを汲み取りながらどんどん体系化・資格化していく必要があります。ケン先生をはじめとする技術者・講師の方々との橋渡しをして、みんなの健康に貢献していくことがあります。みなさんは、自分が声を張り上げなくして日本にヨガが自然と普及していくことを思っています。今後もケン先生をはじめとする技術者・講師の方々との橋渡しをして、みんなの健康に貢献していくことがあります。みなさんは、自分が浮かんだ時にはすぐ行動を起こしましょう。

—ケン 私が声を張り上げなくして日本にヨガが自然と普及していくことを思っています。

—ケン 特に男性の管理職は女性のそのような仕組みをきちっと理解しておくべきだと思います。

—ケン 生き方があるなということがあります。私は自身が日々吸収させてもらっています。みなさんも十分に知識は持つてください。ちょっとでも「やりたい」という気持ちやアイデアが浮かんだ時にはすぐ行動を起こしましょう。

—ケン ただ、女性が社会で活躍していく上で男性と対等に戦っているううと思うとストレスがかかり過ぎてしまいます。妊娠・出産や更年期、さらには興味を持ち広げていける力が多い男性と違い、様々なものとして作る・提供するのが男性の役割かもしれません。女性が本来持つているそのような力を具体的にサービスや商品として作る・提供するのが男性でありますから、スパーカルするエネルギーやクリエイティブなアイデアも豊富です。それ的具体的なサービスや商品として作る・提供するのが男性の役割かもしれません。女性が本來持つているそのような能力を引き出させて本人も楽しめながらスキルアップできるホリスティックの分野でキャリアを築いていくことは、女性にとって非常に良いことだと思います。

—ケン ただ、女性が社会で活躍していく上で男性と対等に戦っているううと思うとストレスがかかり過ぎてしまいます。

—ケン ただ、女性が社会で活躍していく上で男性と対等に戦っているううと思うとストレスがかかり過ぎてしまいます。妊娠・出産や更年期、さらには興味を持ち広げていける力が多い男性と違い、様々なものとして作る・提供するのが男性の役割かもしれません。女性が本來持つているそのような能力を引き出させて本人も楽しめながらスキルアップできるホリスティックの分野でキャリアを築いていくことは、女性にとって非常に良いことだと思います。

—ケン ただ、女性が社会で活躍していく上で男性と対等に戦っているううと思うとストレスがかかり過ぎてしまいます。

—ケン ただ、女性が社会で活躍していく上で男性と対等に戦っているううと思うとストレスがかかり過ぎてしまいます。