

ビューティタッチセラピスト通信

VOL.9

発行元

一般社団法人
日本介護美容セラピスト協会
〒563-0001
大阪府福島区海老江1-11-17
連絡先 0120-551-334
info@beauty-touch-therapist.jp

面やそれに関連する脳領域の活性化に寄与することがわかりました (Nakano N, Murata S et al Brain Sci 2019).

セラピストの皆さんはビューティタッチセラピーを認知症者に施行されることも多々あるかと思いますが、認知症では抑うつや徘徊などの行動・心理症状が特に大きな問題点として挙げられています。最近の研究により、触れるケアは認知症の行動・心理症状を改善させることが報告されており、中でも中等度〜重度認知症の抑うつの改善に最も効果的であることがわかっています。しかしながら、その神経メカニズムについては十分に明らかにはされていません。そこで我々は、触れるケアであるハンドセラピーとフットセラピーが認知症者の脳機能に及ぼす効果を検証しました。その結果、ハンドセラピーはマツサージ後に前帯状皮質(幸福を感じる脳領域)の活動を増加させ、フットセラピーは島皮質(主観的な快情動に関わる脳領域)の活動を増加させることがわかりました(図3)。以上のことから、触れるケアは認知症者の幸福感や快情動に関わる脳領域の活性化に寄与することが明らかになり、触れるケアにより認知症者の抑うつが改善する根拠を示しました(中野、村田、他。第9回日本ヘルスプロモーション心理学療法学会学術集会。2019。学会奨励賞を受賞)。

ビューティタッチセラピーと脳

京都橋大学健康科学部理学療法学科
准教授 中野 英樹



ビューティタッチセラピーに従事されているセラピストの皆さんは、セラピー後に対象者の身体的側面や心理的側面が改善する姿を数多く目の当たりにされていると思います。では、そのような身体的・心理的側面の改善には脳のどのようなメカニズムが関与しているのでしょうか?我々の研究グループ(京都橋大学)は日本介護美容セラピスト協会と共同し、ビューティタッチセラピーが脳機能に及ぼす効果について、これまでにいくつかの研究を行ってきました。

まず我々は、人の手によるマツサージ(ビューティタッチセラピー)と一般的なマツサージ機を用いたマツサージの効果の違いを検証しました。その結果、人の手によるマツサージと機械によるマツサージはいずれも中高年女性の下肢のむくみを軽減させることがわかりました。一方、各マツサージ後の心理的側面と脳の活動をみてみると、機械によるマツサージと比較して人の手によるマツサージでは心理的スコア(リラクゼーションなど)が高い値を示し、さらに前帯状皮質(幸福を感じる脳領域)の活動を増加させる

図1: 中高年者を対象とした研究
・人の手で前帯状皮質が活性化

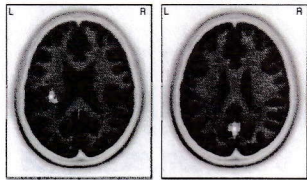


図2: 高齢者を対象とした研究
(左) ハンドセラピーで島皮質が活性化
(右) フットセラピーで後帯状皮質が活性化

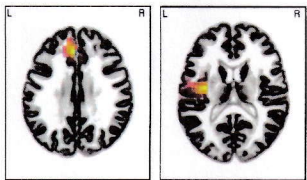


図3: 認知症者を対象とした研究
(左) ハンドセラピーで島皮質が活性化
(右) フットセラピーで後帯状皮質が活性化

上記の研究により、中高年女性におけるビューティタッチセラピーの効果は明らかにされましたが、セラピーを最も提供するに十分な高齢者層へ効果が及ぼすことが、次に我々にはハンドセラピーとフットセラピーが要支援・要介護認定を受けている高齢者の心理的側面と脳機能に及ぼす効果を検証しました。その結果、ハンドセラピーとフットセラピーはいずれも高齢者の心理的スコア(リラクゼーションなど)を向上させることがわかりました。それに加え、ハンドセラピーはセラピー後に島皮質(主観的な快情動に関わる脳領域)の活動を増加させ、フットセラピーは後帯状皮質(快情動の回想や記憶形成に関わる脳領域)の活動を増加させることもわかりました(図2)。以上のことから、ハンドセラピーとフットセラピーはいずれも高齢者の心理的側面と脳の活動を向上させることがわかりました(図3)。

上述した研究結果から、セラピスト

の皆さんが日々施行されているビューティタッチセラピーは、対象者の「心」や「体」のみならず「脳」の健康も促進させることを理解いただけたかと思えます。セラピストの皆さんがビューティタッチセラピーを通して、一人でも多くの対象者のQOL(生活の質)向上に貢献できることを願っております。

★協会便り★

●フットセラピー&ハンドセラピーが認知症に有効であることを発表。

昨年5月、認知症の方を対象にフットセラピー&ハンドセラピーの施術前後の脳波測定を行いました。その際の京都橋大学・広島都市学園大学の共同研究を11月3日の日本ヘルスプロモーション心理学療法学会で発表し、奨励賞を頂きました。また同時期測定で、血圧や脈拍などのバイタルが安定することを10月、日本早期認知症学会で発表しました。

このような学術データに基づいた施術であることを、皆様にお伝えください。

2020年も、引き続き検証事業を行います。



●イベント情報

- ★大阪: 4月17日(18日) バリアフリー展(インテックス大阪)
- ★福岡: 6月24日(25日) ケアテックス福岡 (マリネット七福園)
- ★名古屋: 8月5日(6日) ケアテックス名古屋 (ポータルメッセ)
- ★仙台: 9月9日(10日) ケアテックス仙台 (夢メッセ仙台)



●「みまもりあいプロジェクト」に参加しませんか

認知症行方不明者数が16000人(2018年)を超えています。地域の人が協力し合って迷子の人を探そう「みまもりあいプロジェクト」に参加しませんか? スマートフォンアプリの「みまもりあい」は、「社団法人セーフティネットリンク」が提供する、ひとり歩きなどで迷子になった家族の捜索依頼や、捜索の協力ができる地域のひとたちが助け合って捜索協力をするアプリです。iPhone版、Android版があり、両方とも無料で利用できます(ダウンロードは左記参照)

迷子になる可能性がある人のプロフィールをあらかじめアプリに登録しておく、登録した人が万一迷子になった際も、すぐに操作依頼を発信できます。

●アプリ提供者: 社団法人セーフティネットリンク
http://snl.jp/
みまもりあいプロジェクト
http://mimamoriai.net

●アプリダウンロード

iPhone

Android

全国基礎講座スケジュール(3月末以降開講)

講座内容	札幌	秋田	新潟	東京	名古屋	三重	福井	大阪	兵庫	和歌山	大阪	高松	福岡
ハンドセラピー	4月21日(火)	5月12日(火)	5月19日(火)	4月28日(火)	5月20日(水)	4月2日(木)	3月25日(水)	4月15日(水)	3月18日(水)	6月29日(月)	7月13日(月)	5月29日(金)	4月19日(日)
フェイシャルセラピー①	5月19日(火)	5月28日(木)	5月29日(金)	5月12日(火)	6月2日(火)	4月23日(木)	4月10日(金)	4月28日(火)	3月31日(火)	7月9日(木)	7月31日(金)	6月10日(水)	5月9日(土)
フェイシャルセラピー②	6月9日(火)	6月15日(月)	6月11日(木)	5月28日(木)	6月17日(水)	5月14日(木)	4月27日(月)	5月15日(金)	4月23日(木)	7月28日(火)	8月11日(火)	6月24日(水)	5月23日(土)
メークセラピー	6月24日(水)	7月2日(木)	6月25日(木)	6月10日(水)	7月6日(月)	6月1日(月)	5月26日(火)	6月3日(水)	5月13日(水)	8月18日(火)	8月25日(火)	7月7日(火)	6月6日(土)
総合	7月9日(木)	7月27日(月)	7月8日(水)	6月23日(火)	7月22日(水)	6月18日(木)	6月8日(月)	6月22日(月)	6月4日(木)	9月11日(金)	9月9日(水)	7月29日(水)	6月20日(日)
介護基礎講座	5月7日(木)	7月11日(土)	7月16日(土)	7月4日(土)	7月3日(金)	7月3日(金)	6月21日(日)	6月27日(土)	6月27日(土)	9月26日(土)	9月26日(土)	8月2日(火)	7月5日(土)
認定試験	8月18日(火)	8月17日(火)	8月19日(火)	7月14日(火)	8月28日(金)	7月16日(木)	6月26日(金)	7月10日(木)	6月30日(火)	9月30日(火)	10月6日(火)	8月26日(水)	7月18日(土)

専門講座	東京	名古屋	大阪	福岡	岡山
フットセラピー①	8月20日(木)	5月25日(月)	6月2日(火)	4月25日(土)	7月8日(水)
フットセラピー②	9月18日(金)	6月23日(火)	7月3日(金)	6月7日(日)	8月6日(木)

専門講座	札幌	東京	名古屋	大阪	高松	愛媛
メディカルアロマセラピー	6月16日(火)	9月3日(木)	7月15日(水)	8月5日(水)	9月11日(金)	3月23日(月)

セラピストミーティング	東京	名古屋	大阪	大分	宮崎	鹿児島
	5月11日(月)	7月30日(木)	5月27日(水)	4月18日(木)	5月13日(水)	5月14日(木)

セラピスト説明会	大阪	福岡
	4月20日(月)	5月20日(水)
	6月19日(金)	7月19日(日)