



サウンドヒーリング・ウェルビーイングクリエイター1期生  
東京都大田区 田園調布

## 杉山 洋一

長田整形外科

当院のサウンドヒーリングの実施環境は、セラピストによる施術の他、通常の運動器リハビリテーションのメニューとして、セルフサウンドヒーリングチェアによる体感音響振動の提供もございます。通常の運動療法や物理療法といった、理学療法士による徒手や、電気治療や駆血療法、低酸素トレーニングなどと並行して患者様が受けられる、リハビリテーションプランの実施内容に、サウンドヒーリングが日常的に取り入れられています。

整形外科領域では、運動器疾患の改善からQOLの向上を目指すために、患者様が定期的に取り組んでいくリハビリテーションにおいて、10分間のセルフサウンドヒーリングだけでも、多くの体調の変化や喜びの声をいただいております。患者様の一部のお声をご紹介しますと、「初めての体験だったが、首の痛みが軽減し楽になった(50代女性)」、「腰が軽くなる。リラックスできる(60代男性)」、「お腹の張りがやわらいだ(70代女性)」、「血圧が2〜3日安定する。夢を見ているときよりも心地よい(70代男性)」、「ひと時でもストレスを忘れられる(70代女性)」、「その日は熟睡できた(60代男性)」といったご感想を伺うことができます。

体感音響によるサウンドヒーリングは、たとえ10分間のセルフヒーリングでも、緊張感を常に抱えてリラックスすることができない現代人にとっては、その緊張感を解くのに役立てられる有効な手段となっていると感じています。社会全体に様々な問題噴出が起きている今、加速が進む高齢化や不安ストレス社会において、心身の不調を「音」の力を借りて整えていくことは、もはや当たり前の時代になるかもしれません。



サウンドヒーリング・ウェルビーイングクリエイター1期生  
岐阜県可児市 在住

## 坪内 美裕

サウンドヒーリングサロンCoo〜空〜

私は岐阜県可児市で「サウンドヒーリングサロンCoo〜空〜」を、姉弟で運営しております。出張でも、カフェや百貨店でKITAサウンドヒーリングを行っており、そしてサウンドヒーリング協会オフィシャルイベント＊「Harmonic Day in 可児」を、可児市の公共施設で月に1回開催しております。

サウンドヒーリングを通して地域のみなさまや各地での出会いを頂き、みなさまが元気になるお手伝いができることは本当に嬉しく、またサウンドヒーリングの日を楽しみに待っていてくださるみなさまへトリートメントし、お帰りの際のスッキリとした笑顔を見られることはお客様だけでなく、わたしたちにとっても大きな喜びです。一緒にサロンを運営している弟は以前、重金属汚染で大変な症状が体に出ていましたが、「薬をやめてサウンドヒーリングで自分は元気になる!」と信じ、毎日受けて、今では本当に元気になっています。この経験をさせて頂いたことは私にとって本当にありがたく、人間はどんな状態でも治ろうとする力が体に残っているんだということ。を弟の変化を通して目の当たりにし大きな希望と自信になりました。支えてくれた家族に感謝しています。お客様や家族との体験から頂いた喜びの波が大きく広がることをイメージし、サウンドヒーリングを通してこれから社会貢献をしていきたいと思ひます。

＊Harmonic Day –調和した心と体をつくる日–  
自然音の溢れるお部屋でサウンドヒーリングのお話や体験をしながら心と体の回復力を高めるくつろぎの時間を過ごします。



サウンドヒーリング・ウェルビーイングクリエイター1期生  
岐阜県可児市 在住

## 坪内 祐太郎

サウンドヒーリングサロンCoo〜空〜

### 重金属デトックス体験 新しい自分との出会い

工場でリチウムイオン電池の製造に関わっていた頃、コバルトという重金属の粉末を扱っていました。0.005mmという微細な粒子は皮膚から体に蓄積し、湿疹でただれてしまったのです。ひどい疲労感と寒気で動くこともままならない状態でした。医者から回復までに30年と言われ、未来が見えなくなっていました。

そんな時、ファシリテーター研修を受講した姉から喜田先生を紹介されました。サウンドヒーリングは、9.11同時多発テロで崩壊したビルに救助に入った消防士や警察官の重金属解毒プログラムとして高い評価を得たことを伺い、大きな励みになったことを覚えています。部屋には常に自然音を流し、姉は毎日施術をしてくれました。施術中は安心感で満たされ、強い緊張がほどけていきました。体から工場の油の臭いがしてきたようで、ため込んだものを排出しようと体が頑張っていることを思い、自分が愛おしく、まだまだ治る力があるのだと希望が湧いてきました。

3ヶ月程すると、ただれた皮膚が乾燥し、毎日両手一杯になる程はがれるようになりました。更に数ヶ月経つと綺麗な皮膚が現れ、疲労感もほとんどなくなってきました。元気になるにつれ全てが新鮮に見え、支えてくれた家族や全ての方への感謝と共に、私も人の役に立ちたいという気持ちで一杯になりました。その後、ファシリテーター研修を受け、今は姉とサロンを運営しています。サウンドヒーリングを通して人の喜びのお手伝いができることを嬉しく思っています。



サウンドヒーリング・ウェルビーイングクリエイター1期生  
神奈川県相模原市 在住

## 星野 美由紀

私とサウンドヒーリングの出会いは、今から約15年前です。その数年後から家族の仕事の都合で引っ越しをする機会が増えました。慣れない土地での生活は不安が多く、心穏やかな生活をするため、リビング・寝室で屋久島清流音のCDを使い分け

心地よい空間を作っていました。その後何度か転居し家族も増え、初めての育児開始です。生後間もない赤ちゃんは、日中はよく眠り、夜は起きているという昼夜逆転現象がおこります。これが多くのお母さんを悩ませます。私の娘も、もちろん昼夜逆転していましたが、このリビングと寝室の音の使い分けをしていたおかげで、生後1ヵ月から逆転現象は改善し、生後2ヵ月には夜中もぐっすり眠っていました。保健師から「まだ生後2ヵ月で夜中にこんなに眠るなんて」と驚かれ、「ミルク授乳量との関係で途中起こして飲ませた方がよい」と助言を受けるほどでした。その後1回のミルク授乳量も増え、夜中に起こすこともなくなりました。こうして私自身も睡眠確保できたうえ、現在3歳になる娘は夜泣きをすることなく、すくすく成長しています。もちろん娘自身も引っ越しを経験していますが、転居直後も安心安全な場所を確保したおかげで、夜はぐっすり眠ってくれました。現在は娘の通う幼稚園の地域活動の一環で、未就園児のママたちに体感音響を使った施術をしています。毎日の育児疲れの中で、ほっとできる時間を過ごすことができた、体が休まった、一緒にいた子どもがごきげんになった等と喜びの声を多くいただいています。今後も私自身、転居はあると思いますが、いろんな場所で自分にできることを見つけて、サウンドヒーリングと共に成長していこうと思ひます。