

サウンドヒーリング実技法 心得

やすらぎと活力を提供する

資格認定実技

1. ゆっくりした呼吸、2. プラスの言葉、3. ヒーリングタッチ(手当)が全て実技の基礎となります。

- 全ての実技は治療するという立場ではなく、自ずから心身に備わる力を尊重し、自発的な回復力を発動する事を意図する。その結果、心身の状態が整い、その力が高まる。
- 主役は相手の方に内在する生命力、回復力である。施術者はあくまでその力を発動する援助者(ファシリテーター)の役割に徹する。
- 人間は自然の進化から生まれ、人は自然の一部として、自然から生きる力を得ている。力を抜き、自然とのつながり、生命への畏敬の念を意識して施術することが大切である。
- 心と体を大切に扱いメンテナンスし、心身に備わる力を向上させ、精神性を高めるのがサウンドヒーリング実技の目的である。

サウンドヒーリング実技法 分類

対象部位	分類	クッションの動き	内 容	受ける姿勢	受講クラス
上体ケア	1	脊椎中心	一般用 呼吸に合わせて動かす（息を吸って動かし、止めて息を吐く）災害時用、資格がなくても家庭で誰でも使える実技 機器を購入された方。	座位、伏臥位	一般&初級Fa
	2	脊椎から上肢へ	ファシリテーター用実技コース	座位、伏臥位	初級Fa
	3	脊椎から上肢へ	セラピスト用上肢実技コース	伏臥位	中級Th
	4	脊椎から上肢へ	肩と腰コース	座位	中級Th
	5	脊椎から上肢へ	未病のコース	座位、伏臥位	上級We
	6	脊椎から上肢へ	フェイシャルリンパコース	座位	Skill Up
	7	脊椎から上肢へ	妊婦さんコース	座位、横向き臥位	中級Th
	8	脊椎から上肢へ	筋膜ケア(脊柱起立筋 多裂筋)	座位	Skill Up
下体ケア	9	脊椎から上肢へ	セラピスト用下肢実技コース	伏臥位	中級Th
	10	脊椎から上肢へ	足のむくみ解消デトックスリンパコース(重金属、9/11コース)	伏臥位	Skill Up
	11	脊椎から上肢へ	足のむくみ解消リンパコース +セラピスト用足の甲と裏	伏臥位	Skill Up
	12	脊椎から上肢へ	妊婦さんケアコース	横向き臥位	中級Th
	13	足首、足裏、膝	フットコース	仰臥位	Skill Up
	14	腹部	便秘解消コース	仰臥位	Skill Up
セルフケア	15	肩と腕	肩 セルフヒーリングケア	座位	Skill Up, 上級We
	16	腰	腰 セルフヒーリングケア	座位	Skill Up, 上級We
	17	膝と足裏	足 セルフヒーリングケア	座位	Skill Up, 上級We
	18	腹部	内臓 セルフヒーリングケア	仰臥位	Skill Up, 上級We

＊初級Fa / ファシリテータークラス    中級Th / セラピストクラス    上級We / ウエルビーイングクリエイター

- ※ 目指すゴールは 各実技法(18種類)を、対象となる方のその日の状態と与えられた時間に合わせて、臨機応変に組立てる感性と実技力を養うことが大切です。
- ※ それには先ずそれぞれの実技の基本をしっかり学び、意識して実践し、経験を積み重ねることが大切です。
- ※ どの実技も全身の反応を起こすことを意識して行います。体の部位は互いにつながり、血液は1分間で全身を循環します。
- まだ習得していない実技法は、必要に応じてスキルアップ研修を受講ください。

サウンドヒーリング実技 分野と対象年齢

やすらぎと活力を提供する

1. ゆっくりした呼吸、2. プラスの言葉、3. ヒーリングタッチ(手当)が全て実技の基礎となります。

分野	医療、予防医学	治療ではなく、内面からの自発的な治癒力の発動で回復力を高めて回復期間の減少に貢献する産科、婦人科、眼科、耳鼻咽喉科、内科、心療内科、整形外科、ホスピス、歯科、鍼灸、整体
	美容、理容	内面からの美しさ、デトックス、リンパケア、育毛ケア、便秘解消、リフレッシュ エステケア、化粧品店でのフェイシャルケア、理容店でのリフレッシュ、
	福祉、介護	介護予防、デイケアでの音楽療法として、運動不足の補完、便秘解消、心のケア、生きがい創造 室内空間の快適化、スタッフの疲れ予防
	運動、スポーツ	練習、トレーニング後の回復力アップ、体内の活性酸素の排出補完、体幹の中心軸を捉えるための補完、自律神経のバランス、本番に強いメンタルケア
	健康増進	運動不足の解消、生活習慣に取り入れる事で柔らかな体づくりに貢献
	音楽、ダンス	声楽、管楽器、などアコースティックな楽器演奏のための骨格を整える、いい音づくりに貢献
	心のケア	柔らかな体と和らかい心で、こだわりの少ない全てと調和する心づくり
	エイジングケア	加齢と共に老化しにくい体と心づくり
	睡眠	自律神経のバランスを回復することで概日リズムにあった体をつくり、睡眠の質を高める（体内の老廃物除去に貢献）
	子どもケア	自閉症、ADHD、発達障害などの子どもたちの心と体を優しくケア
対象年齢	0才からシニア	妊娠中のお母さんのケアは、胎内の赤ちゃんの安心と安産につながっています。出産後の体のケアは産後の回復力を高め心のケアにもなっています。一家団欒に貢献し、家族の絆を深めます。介護の予防に貢献します。



全身コース  
(上体、下体ケア)



上体ケア  
(日米合同Brush Up研修 at Miami)



肩と腰コース  
(Holistic クルーズ中のヘルスケアプログラムとして)



フットコース  
(足裏～ひざケア)