

2019  
4/13

## こころのアンチエイジングセミナー 主催:中島こうやクリニック

### ～セロトニンとオキシトシンが人生を変える～

- 幸福長寿をめざそう 中島孝哉【中島こうやクリニック院長】
- こころのアンチエイジング 有田秀穂【東邦大学名誉教授・セロトニンDojo代表】
- 音の力で心と体に自然のリズムを取り戻そう 喜田圭一郎【サウンドヒーリング協会理事長】
- 丹田呼吸をやってみよう 中村裕子【中島こうやクリニック 看護師】
- サウンドヒーリング体験&自律神経測定

【サウンドヒーリング協会資格認定セラピスト有志の皆様 / 自律神経測定 中島こうやクリニック】



▲講演:中島孝哉先生



▲有田秀穂先生



▲喜田圭一郎先生



▲サウンドヒーリング体験



▲丹田呼吸 中村裕子さん

► 福岡電気ビル共創館

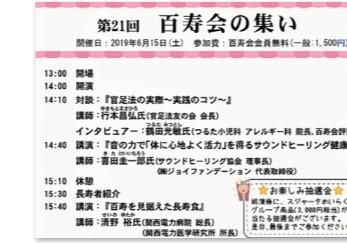
2019  
6/15

## 第21回百寿会の集い 主催:スジャータ めいらぐグループ

### ～百歳まで元気に活躍しよう！～

- 音の力で活力を得るサウンドヒーリング健康法【喜田圭一郎】
- ボイスプレイ【Voice prayer ニーニャ】
- サウンドヒーリング体験

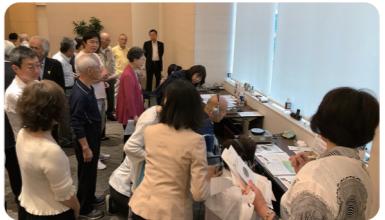
【サウンドヒーリング協会資格認定セラピスト有志の皆様】



▲講演:喜田圭一郎先生



▲ボイスプレイ ニーニャ



▲サウンドヒーリング体験



▲サウンドヒーリング体験

► 名古屋ミッドランドホール

2019  
12/7-8

## 第23回日本統合医療学会 ～敬天愛人～

### 人がより健康で幸せに生きることを目的にした医療

- サウンドヒーリング健康法【喜田圭一郎／サウンドヒーリング協会理事長】
- サウンドヒーリング体験【サウンドヒーリング協会資格認定セラピスト有志の皆様】

世界の統合医療の先駆者アンドルーウイル博士のご紹介により、偶然米国でお会いした津曲淳一先生よりお声をかけて頂き参加しました。



▲講演+体験会



▲講演+体験会 津曲淳一先生と



▲サウンドヒーリング体験



▲サウンドヒーリング体験

► かごしま県民交流センター

2019  
10/10-13

## 資格認定研修会 in USA

### 9<sup>th</sup> Basic 1&2 Kita Sound Healing certified Training course in US 2019.10.10-13

### 第9回 米国サウンドヒーリング資格認定研修会Basic 1&2 アリゾナScottsdale

米国でも日本と同じカリキュラムの内容で研修が行われています。研修はサウンドヒーリングに関する基礎的な理論と精神、実技、そしてサウンドヒーリングセラピストとしての心のあり方を学ぶことを目的としています。

カリキュラムの大きな構成要素は3つです。

1. 音の本質を学ぶ
2. 人を知り人間力を高めることを学ぶ
3. サウンドヒーリング実技法を学ぶ



▲実技



▲講義



▲呼吸法エクササイズ



▲全員でPeace

第13回サウンドヒーリング研究会

## 「Well-being な日々～家族や仲間の笑顔と共に～」

千葉県船橋市在住 サウンドヒーリング・ウェルビーイングクリエイター2期生 荒井由紀さん

サウンドヒーリングメソッドを学び、実践を始めて5年が経った荒井由紀さん。その間を振り返り、ご自分の成長になった大きな出来事を通して様々な変化や、心からの喜びをご報告くださいました。

2016年に起きた熊本地震。震源地に近かった実家は大難を逃れ、両親・妹たち家族共に無事でした。それまで帰省の時は体感音響器を持ち運び、みんなにトリートメントしていましたが、この大地震をきっかけに実家にも設置し、両親としっかり向き合い心と体のケアをする決意ができました。

そして昨年11月、父を自宅で看取りました。地震の時も一日置きに人口透析を受けていた父がその後入院院を繰り返し、ついに人口透析も難しい状態となり、本人の希望で住み慣れた自宅へ戻ることになりました。それはサウンドヒーリングメソッドを実践し、体力や心の持ち方に自信をつけてきた母の意向でもあったのです。実は約25年間、心身の不調も生じ引きこもっていた母からは信じられない回復でした。

部屋では自然音を24時間流し、父が望めば体感音響器でトリートメントを行い、母と二人がかりで優しく手足をさするなど、遠方の私も泊り込みできる限りのことをしました。決して心配・不安な表情はせず、笑顔でいつも通りに接するよう心掛けました。自宅に戻って2~3日全く出なかつた尿が、夜にトリートメントをした朝にはオムツから溢れ、看護師さんも驚いていました。体はどんな状況下でも整うことを父から見せてもらった気がしました。天候も私たち家族を応援してくれているかのように、小春日和が続きました。立ち会えなかった最期の瞬間、父は「いい人生だった」と感謝と共に本当に穏やかに息を引き取ったと母から聞き、涙が止まりませんでした。



一人実家に残った母は、今でも毎日セルフヒーリングを続けています。痛む膝にクッションを片足ずつと、背中やお腹にそれぞれ繰り返し当てています。「振動がとても心地良く、眠ってしまう。寂しく不安な時ほど長時間するとまた前向きになれる」のだそうです。加えて「私は元気！若い！大丈夫！」など、プラスの言葉を言っているそうです。その結果、父の逝去に続いた親族の葬儀にも落ち着いて出席し、周囲の人を気遣う姿に「以前となんか違うね！」と言われたと嬉しそうに話してくれました。熊本地震の前後にも腰椎を圧迫骨折や、3cmもの膀胱結石を手術した母ですが、自分の人生をしっかりと生きようと決め、見事に乗り越えたのでした。近い未来の目標も立て、ますます生き生きとした母の姿が嬉しくてたまりません。

私が起きた変化も色々ありますが「心身の回復力が非常に高まった」ことは最も大きな変化です。例えば、頭痛・鼻水・咳などが出ても、症状も軽く短時間で済んでいます。以前は寝込むことも多々ありました。夫も、私のトリートメントを受け、自分でも毎日セルフケアしているためか、風邪を引かなくなり、海外出張も多いですが、自然音も聴きながら元気に務めています。一人暮らしの夫の母も調子が良いと毎日喜んで活用しています。現在、しだいの森ホスピタルに週3日勤務し、活動などにも忙しい私も驚くほど良い体調が保てています。それと並行してプラス思考も循環している実感もあり、そうなると常に心身の状態に気を配り、労わることは欠かせません。素晴らしい体の仕組み、それを動かしている見えない自然の力…本当に、生かされていることに感謝せずにいるかもしれません。

日常生活の中で楽しみながらこのメソッドを取り入れ、疲れにくく回復の早い体に変化していること、そして家族が元気に笑顔で過ごせていることは、私の本当に搖るぎない強い基盤と、サウンドヒーリングメソッドへの確信になっています。

こうして振り返ると、お世話になっている諸先生方ははじめサウンドヒーリング協会の皆さん、そして家族の応援あってのことでした。今後はさらに海外も含め、色々な方々と交流していくことが目標です。皆さんのが笑顔で健やかに生きるためのナビゲーターとして、生涯現役で活動することをワクワク想像しながら、ますます忙しい日々になり、喜びの輪は今後も広がっていく嬉しい予感でいっぱいです。