

# LCICI JAPAN NEWS

このような状況だからこそ  
今一度立ち止まり、見直し  
これからの時代に合った形で  
持続可能な活動を行うために

## 3点のお知らせ

### ❖ SNS等でプロモーション活動に使用できるロゴと素材の配布

LCICI JAPANまたは認定講座開催校にてご受講頂いた内容をSNS等でプロモーションされる際に使用するロゴや素材を、7月中旬頃にホームページにて配布を開始致します。  
全国また全世界のLCICIセラピストが安全で安心してご活躍いただくためにご使用の統一を何卒宜しくお願いいたします。

### ❖ 3年に1度の各インストラクター更新料5,000円を廃止。必須の手技の確認が、任意になります。

3年に1度の手技の練習会が必須条件として参りましたが、今回の自粛要請や都道府県、国を跨ぐ移動が気がかりな状況が続くことから、持続可能な制度の見直しを行い、必須であった実技の確認は任意となります。手技の練習はオンラインまたは各講師からの手技の練習会をご活用下さい。また、インストラクター更新料は協会年会費の10,000円に含ませていただきますので12月の更新のみお願い致します。日程や詳細は、ホームページをご覧ください。（随時最新情報を更新しております。定期的にご覧頂くとお申込みがスムーズです。）

### ❖ DVD販売を行っております。＊動画の販売予定も含む。（実技）

LCICI JAPANでは、英国資格取得講座をはじめ、多くの講座（一部対象外）のイメージDVDを販売いたしております。現在、チャンピサージ/カンサヴァトゥキ/インド式フェイスの3種類の販売を行っておりますが、加えてon the BEDなどの制作・販売も準備中です。

販売ページ：[https://lcici.com/lp/therapist\\_goods/](https://lcici.com/lp/therapist_goods/)

## ご挨拶

平素よりLCICI JAPANおよび国際ホリスティック・ヘッドケア協会をご愛顧いただき誠にありがとうございます。今年度は、半年があつという間に過ぎてしまいました。皆様におかれましても、未曾有の災禍により大変なご苦勞をされておられることと案じております。

さて、前回のニュースレターに記載させていただきました、他社による商標権侵害に関する問題ですが、不安を感じた方も多かったと存じますが、無事収束いたしましたことをご報告させていただきます。ご心配下さった皆様に心より御礼申し上げます。

会員の皆様がより楽しく安全に、セラピーを行なっていくよう尽力して参りますので、今後ともどうぞ宜しくお願い申し上げます。

## ❖ 受講料の一部を「寄付」いたします。

新型コロナウイルスの感染拡大が世界各地で広がっています。多くの方が命を落とされ、医療現場は今もパンク状態です。

「人に触れる」をお仕事やライフワークとされている皆様も、不安で緊迫した状態が続いているかと存じます。

世界中が先の見えない不安や恐怖と闘っている中で、実際に触れて少しでも心と体を軽くして差し上げることができたらいいのですが、それがなかなか叶わない今。そんな今だからこそ、私たちにできることはなんだろうと考えた時に、LCICI JAPANの原点を振り返りました。「苦しい思いをしている方に、少しでも幸福を与えられるように」そんな想いから、LCICI JAPANは活動を開始しました。

今こそ、その思いを形にしたい。

そこで今後は「寄付」という形で少しでも社会にお力添えができればと思います。

2020年7月1日から修了証書またはDiploma発行の講座のご受講料のうち3%と、チャリティzoom講座のご受講料100%を「国境なき医師団」に寄付いたします。ご質問や詳細はLCICI JAPAN本部までお問い合わせください。

E-mail : [info@lcici.com](mailto:info@lcici.com) ＊寄付する先は3ヶ月ごとに検討します。

## ❖ ニュースレター配信方法が郵送からデジタルに変わりました

これまで会員の皆様に特典であるニュースレターを、郵送にてお送りしてきましたが、ご住所等の更新手続きや新型コロナウイルスの感染拡大に伴う郵送業への影響、また環境への配慮をいたしまして、今後はホームページでのデジタル配信とさせていただきます。

配信ページ：<https://lcici.com/forallicijapantherapists/>

※今後パスワード等を設定する場合がございます。その際は、皆様に事前にお知らせをお送りいたしますので、ご確認ください。宜しくお願いいたします。



LCICI JAPAN本部では、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、フェイスシールドやマスクの着用、また手指の洗浄消毒を行っております。

## 上馬場 和夫



上馬場先生と鈴木  
日本統合医療学会（山口県）にて

### ～ 上馬場 和夫先生との歩み ～

2002年ナレンドラ・メータ氏との縁がスタートをした当時から、上馬場先生からご指導をいただき始めました。ナレンドラ・メータ夫妻来日時はいつも上馬場先生も一緒に交流をして参りました。アーユルヴェーダの流れを汲むLCICIのセラピーが安全にきちんと普及できる様にご教示頂いています。

現在は「死生観」が重視される時代になり、寺小屋シャラウの活動を通したアーユルヴェーダの死生観をコーディネートする活動も一緒にさせて頂いています。（鈴木）



### 第3回 国際シンポジウム

2020年11月23日に開催決定

国際ホリスティック・ヘッドケア協会、ハリウッド大学院大学、ジヴェアーユルヴェーダのコラボで開催。海外のアーユルヴェーダ専門家も公演。ZOOMで開催致しますので安心してご参加頂けます。



### ペットのヘッドケアリング インストラクターコース

7月7日14:00～17:00で開催

飼主とペットをBody&Mind&Spiritからケアする方法を学びます。詳細はこちら。



### 実技の練習会、再聴講など

こちらのページで日程や詳細を  
[check!](#)

＊お近くの講師からも受けられます。



### レンタルルームご利用者募集

神奈川県川崎市麻生区

セラピスト向けのとても綺麗な1戸建2LDKスペースです。1部屋 980円/h でご利用いただけます。（詳細はお問合下さい）



### 無料zoom公開講座

7/25(土)AM

「メディカルアセスメント」

講師：山内豊明 名古屋大学名誉教授

詳細はこちらをクリック！

## コロナ禍を乗り越える温故知新の智慧 ～第1弾～

医師、医学博士 上馬場 和夫

### 自身の体調への気づき（自身を知る）

①自覚症状：無症状、嗅覚・味覚障害などが見受けられないか。

コロナウイルスの5大症状：1)臭いが無い、2)呼吸困難、

3)だるさ、4)咳、5)発熱

②ヴァイタルサイン：体温、心拍数、呼吸数、血圧をこまめに確認

③酸素飽和度が、93%以下は危険！

肺炎など心肺疾患を示唆する場合があります。

若い人は呼吸数が増加して酸素飽和度が下がりにくいこともあるが、普段と比較することで危険を察知できます。

サイレント肺炎の早期発見にも利用できる！

④ウイルスの存在のチェック：PCR検査

⑤ウイルスへの耐性のチェック：抗体（IgM,IgG）をチェック

上記5種類のデータを知ること、「今の自分」を知ることができる！

アーユルヴェーダの  
「セルフ脈診」が必要！  
[zoom講座はこちら](#)



体温計  
酸素飽和度  
心拍数

### ウイルスの体内への侵入を防ぐ

下記の様な対策が取れます。

①エンベロープ（ウイルスの皮）を破壊するエタノール(70-80%)、蒸留酒(65-77%)で殺菌消毒

②次亜塩素酸ソーダ（0.2-0.05%：市販の漂白剤25ml/1Lの水）で殺菌消毒

③石鹸など界面活性剤でしっかり洗浄

④二酸化塩素製剤（かなり濃くないと効果がない）で殺菌消毒

⑤精油（ヒノキチオール、ユーカリ、ラベンダー、薄荷、ビャクダンなど）で殺菌消毒

⑥60℃以上の熱湯で30分間以上処理（80℃で10分間漬ける）で殺菌消毒

⑦紫外線照射で殺菌：254nmでは皮膚がんを起こす⇒222nmの紫外線照射器（ウチ電機+コソバ大学）

### 体の清浄化の重要性（特に口腔ケア）

①口の中や顔の皮膚：ヨードウがいや石鹸を使った洗顔がオススメ。咽頭粘膜に3-4日間ウイルス滞在

②鼻洗浄（鼻水や唾液にウイルスがたくさんいる）⇒お湯を出しながら鼻をかんで鼻腔を浄化。

生理食塩水や重炭酸ナトリウム水で、うがい、鼻うがいをするのもお勧めです。

③口腔ケア：ゴマ油やココナッツオイルで口うがいをする。

タング・クリーナーや舌ブラシでの舌掃除（朝夕2回、歯磨き後）

⇒大腸の細菌叢をただして、免疫を高める。胃腸にもよい。

東洋医学的に脾虚（胃腸の虚弱と痰湿の蓄積）

COVID-19患者の舌苔には、厚くて薄黄色の舌苔（胃腸虚弱を示唆＝倦怠感の原因）

舌や唾液腺にコロナ感染に関係するACE2受容体が多い！

⇒口腔ケアで、COVID-19を防げるのでは？

⇒例えば・・・同じ料理を共有しない！唾液が飛びやすい食事や会議が感染させやすい！使い捨てガーゼで拭きとる。歯磨きは1日4回（歯茎からウイルスが侵入しやすいので、強く磨きすぎるのはやめましょう。また、舌苔を歯ブラシでこするのは、舌を傷つけます。）

④気道ケア：喫煙者は14倍も罹患しやすい⇒禁煙で気道の繊毛運動抑制を防ぐ

⑤衣服：外出から帰ってきた時には、できるだけ着替え、シャワーまで浴びればよい。外出した時、フード付きのジャンパーを着て外出し、帰宅時に脱ぐなどの対策も。

⑥靴底や床やトイレ内の清浄：室内は靴を脱ぐ。床の次亜塩素酸やアルコール噴霧。

⑦空中や機器、机表面に精油など噴霧：ヒノキチオール、ユーカリ、レモンバームなどの精油

⑧ペットも外に出さない：外出しても、足裏をよく洗ってから入室させる。

⑨マーケットで買ってきた飲食物の清浄法：アルコールやアロマを噴霧したり、石鹸で洗浄する。

ウイルスの耐熱性は強くないため、57℃以上に熱すると死滅する（電子レンジでも可）

次回は「コロナ禍を乗り越える温故知新の智慧 ～第2弾～」を掲載致します！

国際ホリスティック・ヘッドケア協会

教育機関 ヘッドケアラボLCICIJAPAN

本部事務局：LCICIJAPAN 〒104-0061 東京都中央区銀座5-6-12 みゆきビル7F

TEL&FAX 03-6337-9105 メール [info@lcici.com](mailto:info@lcici.com) URL <https://lcici.com>