

地域交流の場ぽつぽつ 災害時のアロマ 4月20日 活動報告

9時40分 カフェ街路樹にて集合

参加者名簿 次第(本日の流れ確認) 配布資料3枚 アンケート用紙

役割 主催者挨拶(大村さん) 進行(大村さん)

受付(高田さん)(配布資料とボールペン配布)

カメラマン(高田さん、岡部) サポート役(松本さん、岡島さん)

会場提供・お茶菓子準備・講師対応(沖さん)

参加者の詳細は以下になります。

性別 男性 1人 女性 9人

配布資料 「地域交流の場ぽつぽつ 災害時のアロマについて」(次第)
「ぽつぽつ隊とは？」(協議体の説明)
「アロマについての配布資料(2枚)」
「アンケート用紙」(ボールペン等)

実際の状況を報告致します。

全体の様子



参加者全員がアロマに関心のある方です。最初は緊張した表情でしたが、アロマの良い香りが漂いリラックスした表情が伺えました。

アロマの導入に関して、板橋先生の実体験(アトピー治療)によりアロマを学習するきっかけをお聞きしました。植物の持つ力として「身を守るためのパワー」がある事を説明して下さいました。

「元気」は、元の気と書く。元の状態に戻る事等、イメージしやすい内容でした。



終始分かりやすい内容であり、男性でも関心を持つことが出来ました。

「アロマ」を「災害時」に関連付けるとしての説明には、日頃の生活スタイルの重要性と知識に基づくヘルスケアが大事と説明。板橋先生は 10 種類のアロマオイルを常時持参されているとの事。参加者にはアロマオイル(ペパーミント)を手の平に 1 滴たらし、アロマオイルの体験をしました。

参加者からの感想は

- ・「良い香りが続いている。」
- ・「アロマオイルを塗った所が、温かく感じている。」
- ・「ペパーミントの香りが身体全体で感じる。」
- ・「他のアロマオイルも試してみたい。」
- ・「自分の不調に合ったアロマオイルを試したい。」

等のご意見を頂きました。



60 分の講義の後に自由懇談をしました。板橋先生を囲んで、お茶やケーキを食べながら楽しい時間を過ごしました。

先生の講義に余韻が残り、その場での質問や相談をされている参加者も多くいました。

また先生との交流を深めるために、案内チラシ等を手に取る参加者も多く、今後も長いお付き合いになると感じました。

アンケート集計の結果は以下になります。

アンケート回収 8 枚

①内容の理解について

- ・理解を得た 5 名
- ・理解が難しかった 2 名
- ・無回答 1 名

②地域交流の場ぽつぽつの参加は何回目ですか？

- ・はじめて 5 名
- ・2 回目 2 名
- ・無回答 1 名

③今回の開催を何で知りましたか？

- ・友人 4 名
- ・その他 街路樹からの紹介 ほっと支援センタから紹介 家族

④感想、印象に残ったこと

- ・大変興味深く勉強になりました。毎月 1 回の開催是非続けてください
- ・アロマ＝香り を知りませんでした
- ・アロマについておおよそを知ることが出来て良かったと思います。(合成アロマは危険だということなど)
- ・匂いが全くわからないのですが、アロマの良さ、体を元気にする為、とても有効であると知りました。とても良いですね。使って見たいと思います。
- ・フランス式のアロマが医療、治療になることを初めて知り、そのグレードも分類され、自分の作っているアロマを理解することが出来た。上手にそれぞれ効能を理解して使ってみたい。
- ・素敵な取り組みだと思います。アロマや経皮毒についても勉強になりました。
- ・とても良いお話でした。来てよかったです。

⑤防災に関して今後やって欲しい事

- ・便利な防災グッズを教えてください
- ・マンションの多い所に住んでいます。住民同士の声かけが必要だと常を感じています。足腰の弱い人が高所に住み、エレベータが止まった時には不安だろうなと思っています。

以上になります。自由記載欄に多く記入があり、関心度が高いのを感じました。今回「防災について」をテーマに交流会が始まりました。参加者の表情・アンケート記入の言葉から、良いスタートが出来たと感じました。