

# 顔・心・体

通巻 40号 平成 28年  
公益社団法人顔と心と体研究会  
会報誌

## 【矯正歯科医療から感じたこと】

過去に外来診療で統合失調症（身体醜形恐怖症）の疑いのある患者さんの矯正歯科治療を受け持つ経験を得ました。そのとき、矯正歯科治療で歯の移動のために装置を調整する時間以上に患者さんとの会話にかける時間の方がしばしば長くなることがありました。成人の矯正歯科治療は、歯の移動のための装置を付けて2年半から3年かかります。診療日の前日は、治療をいかに早く終了するための事前検討と患者さんを精神科に受診していただくことを促すための論理武装を行っていました。しかし、矯正装置の調整を行った後、前日に準備していた内容を話すのですが主観的な論理より客観的な感覚の方に押し切られ、断念することが多々ありました。患者さんとの会話時は、目を見て話すことが基本とされています。しかし、彼と話す時は、会話が長くなることもあり、目を見るだけでなく、目の動き、口元の動き、あるいは手の動きを観察していました。そのときに感じたこととして、かづきさんが、『手は顔と同じで大切な部位である』ということでした。彼の手が掻きむされた状態と彼の調子とが合っていました。それ以来、患者さんを見るときには、顔の様子を診ると同じように手の状態も観察するようになりました。

最近、学生さんから相談される機会が増えてきました。十年ぐらい前、矯正患者のストレスを調べる研究のために学生を対象にストレスを調査したことがあります。その際、ある健康管理センターの先生から、学生さんは意外にストレスを持っています、とコメントをいただきました。年々心にストレスを抱えている青年が増えているように感じます。しかし、教師と学生という上下関係があるため、なかなか素直に心の中を開けません。その時、手の状態を診たことで参考になったことが何回かありました。ただ、男性には有効でしたが、女性で参考になったことはありませんでした。前述の患者は、矯正歯科治療中に3か月ほど入院しました。退院後に矯正歯科治療を再開され、予定通りの治療を終えることができました。



日本医科大学 新潟病院 副院長  
矯正歯科 教授  
当法人 理事  
寺田 員人（てらだ かずと）

## \* Contents \*

- P. 2 顔と心と体研究会 社員総会ご案内
- P. 3 平成 28 年度会費について  
今後の活動予定について
- P. 4 あなたにスポットライト  
メイクボランティア功労者発表

- P. 5 ワンランク上のメイクボランティアに  
おすすめ
- P. 6 メイクボランティア講習会のお知らせ
- P. 7 メイクボランティア募集要項
- P. 8 メイクボランティア参加申込書



# 平成28年度 公益社団法人顔と心と体研究会 社員総会のご案内



当法人は全国の会員の皆様の温かいお力添えにより活動しております。今年度も下記のとおり社員総会を開催し、平成27年度の事業報告・決算等についてご報告いたします。

皆様ぜひご参加くださいますようお願い申し上げます。

- 「社員」とは会員の皆様のことです。
- 「社員総会」とは、正会員様によって構成される会議のことです。
- 「理事会」(理事長および理事の方々とで話し合い)にて予め承認された下記の件について、会員の皆様に報告・承認を得るために開催いたします。
- 出席できない正会員様は、お持ちの議決権を他の正会員様に委任することができます。

- 日時 平成28年6月29日(水) 18:00～19:00 (開場:17:45)
- 会場 REIKO KAZKI 本社  
東京都新宿区左門町3-1 左門イレブンビル4階
- 交通 東京メトロ 丸の内線「四谷三丁目」駅 徒歩2分

## <会議の目的事項>

- 報告事項  
平成27年度(平成27年4月1日から平成28年3月31日まで)事業報告の内容報告の件
- 決議事項  
第一号議案 平成27年度(平成27年4月1日から平成28年3月31日まで)計算書類及び財産目録承認の件  
第二号議案 理事7名及び監事1名選任の件  
第三号議案 「入会及び退会規程」及び「会費規程」改定の件

正会員の皆様へお願い



社員総会の議決権をお持ちの正会員の皆様には、社員総会への出欠確認用の返信ハガキを本会報誌とともにお送りしています。  
**出席・欠席に関わらず6月17日(金)必着にてご返信ください。**  
ご欠席の場合には返信ハガキが委任状となり議決権数に計上いたしますのでハガキを必ずご返信くださいますよう、よろしくお願いたします。

# 平成28年度年会費 納入のお願い

新しい年度のスタートに伴い、平成28年度(平成28年4月～平成29年3月分)年会費(3,000円)の納入をお願いいたします。

郵便局の「振込取扱票」(青色)を同封しましたので、お振込みの際にはそちらをお使いください。



## ★前年度(平成27年度)年会費未納の方

未納のお知らせを同封しております。

同封の青色の「払込取扱票」(青色)にてお振込みをお願いいたします。

## ★退会ご希望の場合

お手数ですが、事務局へ「退会届」のご提出をお願いいたします。

詳しくは事務局へお問い合わせください。

※年会費が未納の場合、退会に際しては未納の分をお支払いいただきます。

※恐れ入りますが、振込手数料はご負担下さいますようお願いいたします。

※年会費が2年分未納の方につきましては、自動退会とさせていただきますので  
どうぞご了承ください。

皆様のご期待にお応えできる活動を今後とも鋭意努力する所存でございますので、引き続き一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



公益社団法人 顔と心と体研究会 今後の活動予定  
(平成28年6月～)

- ・ 6月29日(水) 公益社団法人 顔と心と体研究会 社員総会(東京)
- ・ 7月2日(土) スキルアップ講習会(東京)
- ・ 7月3日(日) メイクボランティア講習会(大阪)
- ・ 7月3日(日) メイクボランティア講習会(東京)
- ・ 7月3日(日) スキルアップ講習会(大阪)
- ・ 10月15日(土) 第11回外観先端医療シンポジウム(東京)
- ・ 11月12日(土) メイクボランティア講習会(東京・大阪)
- ・ 11月19日(土) スキルアップ講習会(東京・大阪)

※平成28年5月現在の予定です。日付等は変更する場合があります。

その他、各地でメイクボランティアを実施予定です。

※メイクボランティアのスケジュールについては、7ページをご覧ください。

最新情報はホームページ (<http://www.kaokorokarada.org/>) も合わせてご覧ください。

# あなたにスポットライト

～60歳を過ぎても、学びはこれから～ 富山県 Iさんのご紹介

10年前東京のカルチャースクールでメイクを習い始め、今でもなお続けて下さっているIさん。ある時、かづきれいこの講演を聴き、メイクボランティアのことが心に留まったという。それをきっかけにメイクボランティア講習を受講し、“まず、自分にできることで人を喜ばせたい！”という思いでメイクボランティアを始めることに。多くの方との出会いや感動を得て、「何よりもメイクの力の素晴らしさを実感した。」とお話しくださった。

現在は、ご主人の実家の富山県に移り、高齢のお姑さんと同居しながらも、メイクボランティアを続けている。いつも、「行っておいで」と快く送り出してくれる夫には感謝している、とIさん。家族の協力無くしてはこの活動は続けられない。春からは、訪問をさせていただいている施設の方々にもっと喜んでいただきたいと、メイクスクールに通うという。60歳を過ぎても、更にメイクの技術を磨き、北陸地方の人達にも、毎日元気で明るく過ごしていただけるように、“元気なお顔になれるメイク”を広げて行きたいと意欲満々です。

「メイクボランティアに行くと、逆に元気をもらいメイクをさせていただいた方々の笑顔を見ると嬉しくなるー。」家に戻った後も、自然とおしゃべりも弾み家庭の中も明るくなるそうです。

「いくつになっても伸び代はあるものですね。」とIさん。彼女の向上心は見習うことばかりです。



## ボランティア功労者発表

平成27年度(平成27年4月～平成28年3月)の期間中、当法人のメイクボランティアに積極的にご参加くださったボランティア功労者の会員の皆様をご紹介します。

平成28年10月15日(土)に開催予定の第11回外観先端医療シンポジウム(東京)で、ボランティア功労者として上位4名を表彰予定です。

### 《平成27年度 メイクボランティア 功労者の皆さま》

西奈まるか(15回)、山田みどり(13回)、太田芙蓉子(10回)、  
国府田圭子(10回)、金子文恵(8回)、志麻裕子(8回)、  
三木裕子(8回)、神藤恵子(8回) (敬称略・()内は参加回数)  
以上8名の方々です。

いつもご協力ありがとうございます。

～ワンランク上のメイクボランティアに～

## おすすめ ハンドマッサージ



「お手当て」というように、昔から手には人を癒す力があるようです。メイクボランティアの活動の中でも、お顔にとりかかる前に、手と手が触れ合うスキンシップとして、ハンドマッサージを取り入れてみるのはいかがでしょうか。

ハンドマッサージの効果としては、反射区やツボをハンドマッサージで押すことで、手の血行が促進され全身の血行も良くなります。また、不快症状が解消したり精神的にもリラックスできるという効果が期待できます。このように、ハンドマッサージは様々な効果が期待できるので、ボランティアの訪問先、また、あなたの大切な人に、心の癒しと体の回復のお手伝いとしてお勧めです。

※ニベア花王 手肌をいたわるハンドマッサージからの引用  
URL：<http://www.kao.co.jp/nivea/atrx/handmassage/>  
最終アクセス：平成 28 年 5 月 20 日

### ◆肩のコリを和らげるハンドケア



① たっぷりのクリームを手のひらで伸ばし温めます。(クリームを伸ばしやすくするため)



② 大切な人の手のひらと甲にクリームを塗布します。



③ 腕・ひじまで丁寧にクリームを塗布します。



④ 左手で握手するように持ち、右手の親指で手三里をぎゅっぎゅっと押します。(3回)  
※手三里の刺激は首肩をほぐす効果があります。腕の関節より親指一本分はなれた箇所。



⑤ 相手の手の甲を図のように包み、丸めるように上から下に親指を滑らせます。(5回)



⑥ 手のひら下部をバツェンを描くように少し圧をかけながら親指を滑らせます。(10回)



⑦ 大切な人の手のひらと甲にクリームを塗布します。

### 富山県での活動の様子

魚津「ちょうろく」様 ・ 高岡「ひだまり高岡」様



ちょうろく様

富山ではすでにハンドマッサージを取り入れた活動を行っております。

意外に腕も凝っているようで、気持ちが良いと人気です。

メイクもさることながら、ボランティアで訪問をしてくださる会員の皆さんの笑顔と優しい声かけが、利用者さんの鏡に写る笑顔を引き出しているようです！と施設の方からの感想をいただきました。



ひだまり高岡様

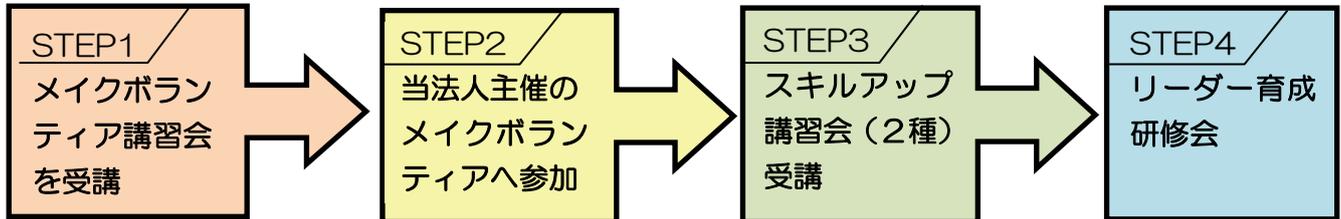


## 年齢・性別不問 心癒される「社会貢献活動」



### メイクボランティアに参加しませんか？

メイク初心者の方でも安心してメイクボランティアにご参加いただけるよう、当法人では「メイクボランティア講習会」や「スキルアップ講習会」を実施しています。まずはできることから始めてみませんか？



#### STEP1 / メイクボランティア講習会 **参加費：650円（※当法人会員以外の方は3,000円）**

当法人会員で、講習会をまだ受けたことがない方。年齢性別は問いません。講習会終了後、提携施設でのメイクボランティア活動へ参加できます。前回の講習から期間があいたという方も是非。

<b>東京</b>	7月3日（日） 10:00 ~ 12:00（定員10名）	申込〆切 <b>6/24(金)</b> 15時迄
	13:30 ~ 15:30（定員10名）	
<b>大阪</b>	7月2日（土） 10:30 ~ 12:30（定員8名）	申込〆切 <b>6/24(金)</b> 15時迄
	13:30 ~ 15:30（定員8名）	

7月から  
変わります！

#### STEP3 / スキルアップ講習会（コミュニケーション編／メイク実技編）

**参加費：コミュニケーション編・2,000円／メイク実技編・3,000円 ※2講座同日受講の場合は合わせて4,500円**

当法人のメイクボランティアに3回以上参加経験のある方が対象の講習会です。コミュニケーション編、メイク実技編の2講座を修了した時点で、修了証を発行します。同日に続けて2つの講習を受講しても、それぞれ別日の講習を受講しても構いません。過去にスキルアップ講習修了の方の再受講も大歓迎です。

<b>東京</b>	7月2日（土）	申込〆切 <b>6/24(金)</b> 15時迄
	コミュニケーション編：10:00 ~ 12:00（定員10名） メイク実技編：13:00 ~ 16:00（定員10名）	
<b>大阪</b>	7月3日（日）	申込〆切 <b>6/24(金)</b> 15時迄
	コミュニケーション編：10:30 ~ 12:30（定員8名） メイク実技編：13:30 ~ 16:30（定員8名）	

#### ●申し込み方法

下記必要事項を明記の上、FAX または メール、ホームページのフォーム よりお申し込みください。

①希望講習会名・会場名、②お名前、③会員番号（宛名シール右下N以下の6桁）、④電話番号、⑤メールアドレス

#### 東京会場

セントラルパークタワーラトゥール新宿 会議室  
（東京都新宿区西新宿6-15-1）  
地下鉄丸の内線「西新宿駅」C8出口より徒歩5分

#### 大阪会場

REIKO KAZKI 大阪サロン（大阪市北区曽根崎新地  
1-4-10 銀泉桜橋ビル6F）  
地下鉄「西梅田駅」徒歩5分、JR「大阪駅」徒歩8分

# メイクボランティア 募集要項

関東、近畿、愛知、福岡のみ記載しています。他エリアでの開催有無は事務局へお問い合わせ下さい。  
入居・・・高齢者入居型施設、通所・・・高齢者通所型施設、その他・・・障がい者施設・視覚障がい者センター等

6/11 (土) 14:00～	入居	アリア深沢(東京)	田園都市線「桜新町駅」よりバス
6/19 (日) 14:00～	入居	メディカルホームまどかときわ台北(東京)	東武東上線「ときわ台駅」より徒歩13分
6/24 (金) 13:15～	入居	新とみ(東京)	有楽町線「新富町駅」より徒歩5分
6/25 (土) 14:00～	入居	ベストライフ武蔵境(東京)	JR中央線「武蔵境駅」よりバス
7/2 (土) 13:30～	入居	はなまるホーム北前野(東京)	都営三田線「志村三丁目駅」より徒歩11分
* 7/15 (金) 14:00～	通所	志茂ニデイサービス(東京)	南北線「志茂駅」より徒歩2分
* 7/26 (火) 14:00～	通所	はなまるデイサービス武蔵浦和(埼玉)	埼京線・武蔵野線「武蔵浦和駅」より徒歩8分
* 7/30 (土) 14:30～	入居	みどりの郷(神奈川)	「あざみ野駅」・「新百合ヶ丘駅」よりバス
6/10 (金) 13:30～	入居	ユーアイ(大阪)	阪神線「千船駅」より徒歩5分
7/3 (日) 14:00～	入居	ベネッセまどか名城公園(愛知)	地下鉄名城線「名城公園駅」より徒歩6分
* 7/9 (土) 13:30～	入居	グランダ野田(大阪)	阪神本線「野田駅」・千日前線「野田阪神駅」より徒歩5分
* 7/10 (日) 14:00～	入居	いわき園(大阪)	四つ橋線「住之江公園駅」より徒歩8分
* 7/25 (月) 13:30～	通所	福岡さく病院(福岡)	JR鹿児島本線「竹下駅」より徒歩1分

上記の時間は、メイク開始のお時間です。集合は記載時間の約1時間前になります。

7/3開催予定のメイクボランティア講習会に参加された方は、上記\*印の施設には参加することができます。

## ■ 申込～参加の流れ

<参加条件> 当法人の会員であること、および、当会主催のメイクボランティア講習会を修了していること

<申込方法その1: FAX> メイクボランティア参加申込書を事務局宛へお送りください  
<申込方法その2: メール> 必要事項を事務局宛(info@kaokorokarada.org)へご連絡ください

件名:メイクボランティア申込  
本文:①氏名 ②当日ご本人の緊急連絡先  
③参加希望日と訪問先施設名 ④会員番号

<申込確認メールの配信> 参加の可否について、メールで事務局よりご連絡します  
※事務局からのメール(info@kaokorokarada.org)が受信可能となるよう受信設定のご協力をお願いします

<当日案内> 訪問日約1週間前までに、メールにて事務局よりご連絡します(集合時間・引率リーダー名・緊急連絡先など)

★当日案内のメールには、下記内容で必ずご返信ください。★  
件名:当日案内確認  
本文:①氏名 ②訪問日 ③訪問先施設名

## ■ 申込後に参加をキャンセルする場合

理由をそえて、前営業日の15時までに、事務局までお電話ください。

訪問日が日曜日・祝日・月曜日にあたる場合は特にお気をつけください。(例:訪問日が月曜祝日の場合 → 前週金曜日の15時まで)

## ■ お願い

1. 上記に記載の通り、訪問には参加条件がございます。該当されない第三者のお誘いはご遠慮ください。
2. 人数が少なくなると訪問先へご迷惑をおかけしますので、キャンセルの場合はお早めのご連絡をお願いします。
3. ご連絡先(住所、電話番号、メールアドレス等)に変更がありましたら、速やかに事務局へお知らせ下さい。

## 公益社団法人 顔と心と体研究会 事務局

Tel:03-3350-1035(月～金 9:30～18:00 土日祝休み)  
Fax:03-3350-0176(24時間受付) E-mail:info@kaokorokarada.org

募集日程は随時更新中です。

上記以降の日程は公式ホームページをご確認ください。

顔と心と体 メイクボランティア

検索



参加申込はメールでも受け付けております: info@kaokorokarada.org

# メイクボランティア 参加申込書

**メイクボランティア募集要項** (日時、施設、申込み方法)をご確認いただいた上で、お申込みください。  
尚、入会申込み時とご住所や連絡先に変更がある方は事務局までご連絡ください。

◆ ふりがな  
お名前 :

\_\_\_\_\_

◆ 宛名シール右下(N以下の6桁)  
会員番号 :

\_\_\_\_\_ (分からない場合は電話番号)

◆ 該当する区分の口に <✓> をお付けください。

メイクボランティア講習会(基礎) 修了者

平成 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 修了

メイクボランティア講習会(応用・スキルアップ講習会) 修了者

平成 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 修了

◆ メイクボランティアリーダー経験

あり ・ なし

◆ ボランティア当日のご本人緊急連絡先(携帯電話など):

\_\_\_\_\_

◆ ご入会時にメールアドレスを事務局へご申告いただいていますか?

している ・ していない

まだされていない方はメールアドレスをご記入ください。  
ボランティア参加者へのお知らせは全てメール連絡となります。

\_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_ ・ アドレスを持っていない

◆ 参加希望日 と 訪問先施設名をご記入ください。

**注意)** こちらは希望順ではございません。ご記入いただいた全ての施設にご参加いただけるものとして受付しますのでお間違えのないようお願いいたします。

① \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 ( )

施設名 : \_\_\_\_\_

② \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 ( )

施設名 : \_\_\_\_\_

③ \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 ( )

施設名 : \_\_\_\_\_

<お問い合わせ先> 公益社団法人顔と心と体研究会 事務局

Tel:03-3350-1035 (月~金 9:30~18:00 土日祝休み)

Fax:03-3350-0176 (24時間受付) E-mail:info@kaokorokarada.org

~お気軽に、ご意見・ご感想などをお寄せください~