

ハンドトリートメント検定講座 テキスト

【 教材一覧 】



テキスト……………1冊

DVD……………1枚

レッスンガイド…1冊

(ケースレポート付き)

ホホバオイル…2本

通学コースのオイルは検定トレーナーが
用意します

【 カリキュラム 】

<PART1>

ハンドトリートメントのやり方

- 1.基本のテクニク
- 2.トリートメントの準備
 - 1) タオルワーク 2) カウンセリング 3) 手指の消毒
- 3.両手のトリートメント
- 4.アフターケア
- 5.コラム：キャリアオイルの選び方

<PART2>

ハンドトリートメントに役立つ知識

- 1.解剖生理
- 2.禁忌
- 3.FAQ
- 4.リスクマネジメント（保険の紹介）
- 5.手のお手入れ（セルフケア）
 - 1) 手のケア 2) 爪のケア

DVDによる自宅学習や、検定トレーナー（通学コース）の指導によりトリートメントを覚えましょう。
ホームワーク（通信コース）では教材に含まれているケースレポート（30回）の提出と判定、また通学コースでは検定トレーナーの実施する試験に合格することで、検定合格者となり合格証が授与されます。

テキストの内容を一部ご紹介いたします

JAAトレーナーズ制度対応
ハンドトリートメント検定講座
CONTENTS

ハンドトリートメントのやり方を学ぶ

Part 1

DVDの内容と使い方 4
 はじめに 6

⑥ 基本のテクニクについて 8

ハンドトリートメントの特徴と目的
 5つの基本テクニク
 エアラーージュとストロークパリエーション
 フリクションとストロークパリエーション
 ニーディングとストロークパリエーション
 コンプレスとストロークパリエーション
 タポットメントとストロークパリエーション
 トリートメントするときの姿勢

⑤ ハンドトリートメントの準備 18

セラピストの準備
 環境の準備
 タオルセッティング
 カウンセリング

④ ハンドトリートメントの実践 20

ハンドトリートメントの流れ
 準備と手指消毒
 右手のハンドトリートメント
 左手のハンドトリートメント
 アフターケアについて 47
 さっぱりした仕上がりにしたいとき
 しっとりとした仕上がりになりたいとき
コラム 48
 トリートメントオイルの選び方



④ マークについて

④マークがついている項目はDVD対応です。
 テキストと一緒にご覧ください。

DVDの内容と使い方

Contents

1. タオルセッティング
 トリートメントする際に必要なものを説明しています。
 バスタオルで肘当てを作る方法やトリートメントする環境を整える方法を学びます。
2. 基本のテクニク
 エアラーージュ、フリクション、ニーディング、コンプレス、タポットメントの5つの手技とそのパリエーションについて学びます。
 また、トリートメントするときの姿勢についても学びます。
3. ハンドトリートメントの実践
 手の消毒方法やトリートメントオイルの分量、タオルプレトリートメント、手首、手背、指、手首から肘までのトリートメント方法について学びます。手の位置や動かし方など、細かい部分もわかりやすく説明しています。



ハンドトリートメントに役立つ知識

Part 2

ハンドトリートメントに役立つ解剖生理 52

皮膚の機能と構造

爪の機能と構造
 【コラム】爪のお悩み（割れやすい、二枚爪、隠起、テロホム）
 手と手腕の骨格と筋肉の機能と構造

トリートメントの禁忌事項とその理由 58

禁忌事項の理由
 手・爪の水虫（いんげん）

F.A.Q. 62

トリートメントオイルのアレルギーテストについて
 手技の距離感について
 トリートメントの頻度について
 爪へのトリートメントについて
 肘当ての作り方について

高熱患者へのトリートメントについて
 寝た状態でのトリートメント方法について
 セリナーズ試験を受けたいについて

セラピー・ヒーリングの資格認定について
 病院・福祉施設・入浴・アロマを必要とする導入について
 ほか

レスポンスについて 72

保険の紹介

信頼を築くためのコミュニケーション 75

「ハンドトリートメントのお話」 76

手が冷たい
 手のさかへん、爪の引っかかり



ハンドトリートメントの特徴やメリットをはじめ、テクニックや注意点などが、画像とともに分かりやすく解説されています

1. エフルラージュ (軽擦法)

トリートメントの始まりと終わり、強めの手技の後など、頻度が高く、トリートメントの基本となる手技です。手を密着させて、皮膚表面を軽く滑らかに撫で擦ることで、筋肉や神経の緊張を和らげ、リンパの流れや血行を促します。知覚神経^①を休息させ、リラックス効果があります。

手のひら全体を使って、一定のリズムで優しく撫でるように行うエフルラージュは、人を慰めるときに肩や背中を擦る行為にとっても近く、気持ちを鎮めたり、安心させたりする働きがあります。軽いタッチで繰り返される手技は、体や心が弱っている普通のトリートメントでは刺激が強すぎるようなときに役立ちます。また、緊張が強く神経が苛立っているようなときにも役立ちます。相手への労りの気持ちを伝えることのできる手技です。

①知覚神経「皮膚から入る」とは感覚神経。痛みや痒みなどを感じ、皮膚や神経、血液などの情報を脳に伝えることにより、脳が適切な反応を示します。「知覚神経が弱ると、皮膚の感覚が鈍るなどの症状が現れることがあります。」



はじめに
**ハンドトリートメントに
秘められたチカラ**

Stroke Variation

ストロークバリエーション



**ドラゴンマウス
ストローク**

母指と四指でドラゴンの口の形にします。



**パーム
ストローク**

手のひら全体を内側に向け、密着させます。



ハンドトリートメントは、お手当てのチカラそのものです。その手を優しく温かく包むだけで、気持ち様が穏やかになり、緊張はほぐれ、リラックスして癒されます。その手に軽く触れるだけで、一緒にいることを伝え、勇気を与えられます。メールで励ましの言葉を送るよりもっと、人の手はそばに居ることを感じさせてくれ、心の根っこに染み込んでいきます。ハンドトリートメントの魅力は、セラピストのあなた自身が、言葉を超えた本質的なコミュニケーションがとれることを肌で感じられることです。お互いの心を通わせる喜びにも繋がります。ハンドトリートメントは幸せを招く種です。親子、夫婦、友達、初めて会う誰か、また看護、介護の場面にも、触れることで一人ではないことを伝え、愛情を持って癒して癒される幸せを共有できることでしょう。ハンドトリートメントを通して、大切な人の生活の瞬間が、満ち足りた心で過ごせるような手助けができればと願っています。

ハンドトリートメント検定講座
主任講師 亀井 久乃

3^③ オイル塗布～ホールディング

オイル塗布

1) 手のひらに 100 円硬貨大のオイルを取り、手のひらを合わせて温めます。



2) 手背から肘まで、手のひらを密着させてオイルを塗ります。肘から戻るときに両手でお客様の腕を挟むようにして、裏側にもオイルを塗り、指先まで戻ります。



裏側にオイルが塗れたら、腕を挟まず、腕の両側を手のひらで撫でるようにして指先に戻ります。これを数回繰り返して、満遍なくオイルを塗り広げます。

ホールディング

両手でお客様の手を指先まで包みます。



ホールディングは、トリートメントの始まりと終わりをお知らせするご挨拶のようなプロセスです。お客様とセラピスト双方が呼吸を整え、心と体を落ち着かせることが大切です。また、セラピストはお客様の体調や心の状態を思いやり、耳を傾けながら丁寧に行うことを心がけます。