



耳つぼジュエリー講座開催

11 月 17 日（金）PTA 会議室にて、ゆゆた工房 鷺見 未織（すみ みお）さんを講師にお迎えし、「かんたん 耳つぼジュエリー講座」を開催いたしました。耳つぼと聞けばダイエットと思い浮かびますが、それだけではないのです。

「耳の形は、胎児が逆さまになった形」



耳の上の方に脚、耳たぶが頭、耳の中央に内臓に対応したつぼが集まっています。

まずは、参加者みんなで耳の体操を行いました。深呼吸をしながら、耳をこすり、ふちをクルクル、手順にしたがって触っていきます。それだけでも 身体がぽかぽか温まってきました。

資料と耳の形をした模型で、つぼを確認して押さえます。

「病気と痛みは 1 対 1 ではありません」

頭痛がするからと 頭のつぼを刺激するだけでは効果は望めません。痛みの原因を探って見つけることが大切になります。（例：高血圧からくる頭痛、肩こりからくる頭痛・・・）

「傷んでいるところは痛いのです！！」

元教師という鷺見先生、的確に傷んでいるつぼを見つけてくれます。

ジュエリーを貼ることで 常時つぼを刺激することになり、また脳に近いため即効性もあると言われています。



☆編集後記☆

10 人の参加者に対して 講師＋お弟子さん。さらに、以前講師の元で習ったという参加者さんに囲まれて体験をすることができました。追加でジュエリーを購入して予定より多く刺激している人多数です。また、らでいっしゅぽーやさんから野菜を提供していただき、発酵調味料の試食もすることができました。とてもお得な講座となりました。

今後の予定

12/15(金) メディカルアロマ
2/9(金) DIY 講座
3 月 閉級式