

- ・日 時： 2013年6月7日（金） 10：30～11：30
- ・場 所： 陸前高田市 旧広田水産高校仮設集会所
- ・参加者： 8名（女性7名 男性1名途中から参加）
- ・ボランティア同行者： 石川照子 藤原ケイ子 村上里子 伊藤尚子

< 状 況 >

6月に入り若葉の緑がまぶしい季節となってきました。いつも通りの時間に北上ヨーガニケタンを出発し陸前高田へと向かいました。6月2日に行われた認定ヨーガ療法士会・岩手の今後のボランティア活動についての話し合い決定事項として、今回からヨーガ療法ボランティア活動ではアセスメントと指導を具体的にして行くよう指示がありました。そのため車の中では皆でアセスメントと指導計画の話をシミュレーションしながら行ったのですが、誰からも自信のある言葉が出て来ないうちに現地に到着をしてしまいました。

やるしかない、今でしょう！！の気持ちで皆さんにご挨拶をして、今回からグループ指導から個人症例別指導へ変化させて行くことを説明させて頂き、別の部屋で順序に個別の聞き取りを始めさせていただきました。（高橋K・Rさん、S・Tさん担当、石川K・Rさん担当、藤原D・Tさん担当）

聞き取り以外の人たちはDVDアンチエイジング・ヨーガをしていただきました。（村上、伊藤）

今回聞き取り出来なかったかたは次回に聞き取りをすることにしました。

ヨーガ療法実施前後の血圧、心拍数はいつも通り計測。

◆実習者の様子

- ・今日は少しバタバタしたと思ったのですがどんな状況にも落ち着いて静かに動いておられました。
- ・実習に入ると目を閉じ、動きと呼吸がゆっくり連動できていました。
- ・個別で話をすると言うことが、実習者の表情にいつもと違う変化が感じられました。

◆ヨーガ療法士の感想

- ・ヨーガ療法士として活動をして行くにはアセスメントが大事であると感じていたものの、いざ具体的になるとアセスメントの経験不足や理解不足等が自分を迷わせていました。
- ・ヨーガ療法実習・開始時のアンケートやヨーガ療法アセスメントとヨーガ・カウンセリングの用紙はととてもよく話を進めることができました。
- ・何度も繰り返すことによって今見えていないものも見えてくるのではと期待をしています。
- ・個別でお話を伺い、今まで知ることが出来ないその方の背景情報が見えてきます。その方の様々な情報が私たちヨーガ療法士を育ててくれるのだと感じました。