

# 「体調が悪い・・・でも、原因となる病気が見つからない・・・」 不定愁訴を抱えるお客様の定期ケアと毎日のホームケア指導

【国家資格所持】各地で指導に従事するヘッドプロフェッサーの活動

## 不定愁訴（ふていしゅうそ）

「頭が重い」、「イライラする」、「疲労感が取れない」、「よく眠れない」などの、「なんとなく体調が悪い」という強く主観的な多岐にわたる自覚症状の訴えがあるものの、検査をしても客観的所見に乏しく、原因となる病気が見つからない状態を指す。

Wikipedia

### ■ヘッドスパ専門店ひとときのしずくへ来店される方の中で多い症状

「頭が重い」「疲れが取れない」「眠れない」「ストレスを感じる」「頭がもやもやする」  
このような方はホルモンバランスの乱れ、自律神経の乱れ、無意識なブラキシズムなど様々な要因で心身に負担がかかり不調を感じていると思われるが、ヘッドスパ施術後に一定期間改善する。



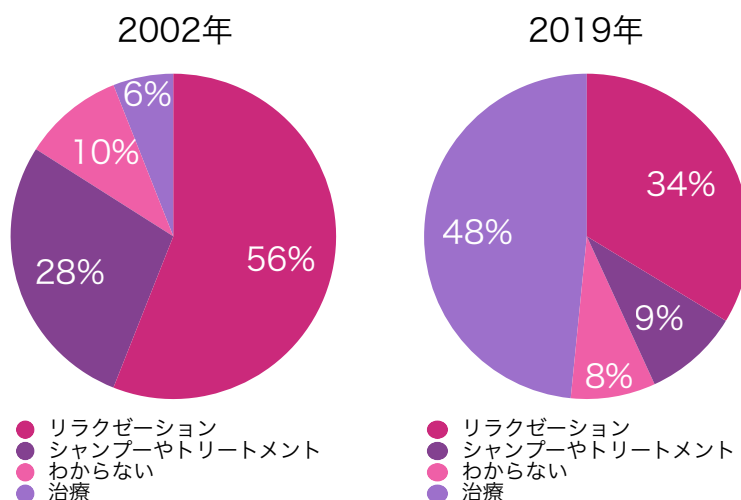
ストレスなどにより、過度にかかる心身への負担が不定愁訴を引き起こす  
ヘッドスパによる血流経路の改善やブラキシズムの緩和が不定愁訴の改善に役立つと言える

## 【不定愁訴についての取り組み】

### ■ヘッドスパ＝治療

当店へ来店されるお客様への啓蒙活動

2002年時には、リラクゼーションやシャンプーが大半を占めていたが、啓蒙活動を続ける事で、2019年末時点のアンケートでは、半数近くの方が治療として捉え、理解を深めていただき、定期的な来店による市来店比率や、紹介数が向上している。



ヘッドスパのイメージについてアンケート

### ■カウンセリングを重視したサロンでの提案と施術

カウンセリングの際に、視診・触診での頭皮の状態の確認、生活習慣の確認を行います。  
頭皮の凝りについて、どのくらい凝っているのか、凝りの原因は何か、頭皮の色や毛髪の状態を見極めます。  
また、生活習慣について睡眠の状態や自覚症状を確認し、普段どんなケアを行い、どのような日常を送られているのか可能な範囲でお答えいただき確認します。  
それらを総合的に判断し、一人一人のライフスタイルに合わせて継続できるケアをご提案しております。

#### ①ヘッドプロフェッサーによる治療的ケア

「幸せホルモン」とも呼ばれる「セロトニン」の不足はうつ病や不眠などの精神疾患につながる事が確認されています。  
ストレスや環境の変化などで起こりやすいセロトニンの不足を脳に最も近い頭のマッサージによって分泌促進を促します。  
ブラキシズム、ホルモンバランス、血流経路、脳活性など、ヘッドプロフェッサーによる手技で改善のための施術を行います。

#### ②眼精疲労、運動不足、過度な情報や生活環境の変化によるストレス解消のためのホームケア

ひとときのしずくは、自宅で行う効果的なマッサージ方法の指導や、動画配信によるレクチャーを行なっております。  
現代社会に生きる人々の眼精疲労、日々進化する便利な機能による運動不足、目まぐるしく変わる生活環境や情報社会へのストレスに注目し、ご自身でもできるマッサージや運動についての指導、ご提案に取り組んでいます。