



2024年9月26日

# 避難所生活を想定した訓練 つながり・寄り添いでストレス緩和 SDG's の防災授業で中学生にハンドマッサージ講習

## 発災直後の緊急支援に加え、長期間での支援や相互理解の重要性を啓蒙

株式会社ナリス化粧品（代表者：村岡弘義 本社：大阪市福島区）は2011年の東日本大震災以降、おもにハンドマッサージやメーキャップのサービス（化粧療法）による被災者へのボランティア活動「心人(こころびと)」を継続してきました。心人の取り組みをきっかけとして2014年に一般社団法人日本介護美容セラピスト協会を100%出資で設立し、その後発生した熊本地震や能登半島地震でもこの活動を継続しています。当社では長引く避難所生活や今後の生活に不安を抱える被災者の心に寄り添うことの重要性を発信し、発災直後の緊急支援だけでなく、長期間での支援や相互理解の重要性を啓蒙。これまでに自治体や学校が行う防災訓練にも取り入れられるなど、公助から自助・共助にも広げられつつあります。今回、9月14日に東京都豊島区立巣鴨北中学校からの依頼を受け、「SDG's チャレンジデイ 地域防災訓練」の授業のなかで、中学1年生を対象に地震発災時から避難所生活を想定した訓練の中でハンドマッサージの講習と実習を行いましたので、以下にその内容をまとめます。



ハンドマッサージの練習風景

### 実施内容



実施日：9月14日（土）8:50～11:00

実施場所：巣鴨北中学校 体育館・調理室

参加者：巣鴨北中学校1年生 23名 保護者 11名 教職員 1名

講師：（一社）日本介護美容セラピスト協会 本部講師 （一社）日本化粧品医療学会 認定特別アンバサダー・化粧品医療専門士 佐川なつき

（一社）日本介護美容セラピスト協会 認定インストラクター 藤本優子

内容：巣鴨北中学校 地域防災訓練での講義と実習

- ①長期被災時の心の癒し・地域でできる自助の必要性の説明
- ②心人の活動紹介
- ③乳液を使用して、2人1組でハンドマッサージの実習

### 長期支援と心の癒しの必要性の理解、世代を超えて手から手へ 心から心へ

当社はこれまでにハンドマッサージやメーキャップなどのサービスを通じた被災者との交流を継続するなかで、長期間にわたる心を含めた支援の必要性を感じてきました。また、公助の限られたボランティアだけで解決するものでなく、地域の自助の活動の重要性も感じています。今回 SDG's の観点でハンドマッサージに関心を持っていただき、生徒のみなさんが積極的に訓練に参加してくれ、生徒たち同士のハンドマッサージでも癒されたという感想がありました。これまでの発災時の避難訓練に加え、長引く避難生活を乗りきることも重要な視点となると考えます。この取り組みが、世代を超えて手から手へ心から心へとつながり、地域でできる自助の取り組みとしても広まり、人と人が寄り添いあい、継続できる社会へつながっていく一助となることを願います。



6月16日 輪島中学校での心人活動の様子

【本件に関するお問い合わせ先】 株式会社 ナリス化粧品 経営企画室 広報 横谷(よこたに)  
〒553-0001 大阪市福島区海老江1丁目11番17号 TEL:06-6346-6672  
FAX:06-6346-6569 E-mail:narispr@naris.co.jp HP:https://www.naris.co.jp