

「できることからやってみよう」から始めた 15 年続く活動「心人」 能登の被災地に寄り添う癒しの活動 1 年間

触れることから始まる「話す」ことで 300 名超のストレスを緩和

株式会社ナリス化粧品（本社：大阪市福島区）は、2011 年の東日本大震災以降、被災者に対して主にハンドマッサージのトリートメントやメイキャップのサービスを提供する「心人（こころびと）」と名付けたボランティア活動を継続して実施しています。その活動は東日本大震災の後に発生した熊本地震や昨年発生した能登半島地震でも活動し、累計すると約 200 回、約 7,000 名の被災者と触れ合ってきました。（発災直後の活動は混乱していたため、カウントできていません。）

災害時には発災直後に必要な支援とその後に必要な支援が異なるため、能登半島地震では昨年 6 月 16 日から活動を開始しました。直近では 6 月 7 日に輪島市の地域の交流拠点の 1 つである「まちのの間」と「南志見公民館」で開催し、59 名の被災者と触れ合いました。これまでに 8 回開催、対象者は 334 名です。

「モノ」の支援だけでなく継続した「心に寄り添う支援」を



6 月 7 日「南志見公民館」での活動

2011 年の東日本大震災発災直後、当社は 3 月 11 日当日に対策本部を立ち上げ、物資の提供や被災者訪問などの支援を行いました。その後、長引く被災地での生活で生まれる心労や不安に対して、モノの支援だけでなく心に寄り添う支援ができないかという声があがり、発災数ヶ月後から主にハンドマッサージやメイキャップのサービスを提供し始めました。2012 年に活動を「心人」と名付けることで、私たちができる私たちらしい取り組みとして社内や関係者に意識づけを行い、社員に加えて社員 OB や当社が設立した一般社団法人日本介護美容セラピスト協会のビューティタッチセラピスト、関連する取引先・エステティシャンやセラピストが継続的にボランティア活動を実施しています。



6 月 7 日「まちのの間」での活動

「触れる」ことで自然と生まれる「話す」が癒しに

能登での活動は今回で 8 回目の開催となりましたが、「心人」に参加している社員は、避難所や仮設住宅、集中豪雨で仮設住宅から避難所へ逆戻りといったその時々状況により、被災者の心労は少しずつ異なるようだと感じています。最初は被災者とうまく話せるかと不安があったボランティアは、触れていると自然とお話して下さるのうなずいて寄り添って聞くだけで十分でしたと語ります。また、苦労や心配は身近な人だからこそ話せないと、「心人」のボランティアであれば気兼ねなく話せると



6 月 7 日「まちのの間」での活動

つぽつと話し始めてくれる被災者がいたり、話さずともずっと目を瞑って最後に「ああ、気持ちよかった、うれしかった」と言われる被災者など反応は様々ですが、初めて出会う人どうしても十数分の触れ合いが被災者の心労を少しでも和らげることができていることを実感しています。仮設住宅から自宅の再建まではまだ長い道のりであり、当社は引き続き、私たちらしくできる支援を継続していきたいと考えます。次回開催予定は 7 月 5 日と 9 月 9 日です。



6 月 7 日「まちのの間」での活動

「心人」の活動は営業社員や、もともとハンドマッサージトリートメントができるセラピストやエステティシャンが中心でしたが、その活動に賛同し、これまでハンドマッサージの経験がなかった社員が、「私も小さなことからでも参加したい」と手法を学び、複数回「心人」活動に参加する例もあります。その社員は、避難所や仮設住宅など大勢の被災者がいる場所では、「頑張らなくちゃ」と無理をしているように見える被災者も多くいるように思える、少しでも頑張らなくてもいい時間を提供できればと語ります。



2024年11月9日「河原田公民館」での活動

【実施内容】

- ・両腕へのハンドマッサージのケア
- ・アロマポットによるアロマセラピー
- ・ショルダーマッサージ（参加者の混雑具合によって実施）
- ・お土産として、ハンドマッサージにも使用できる乳液と 500mL の純水を提供
- ・食事の野菜不足解消のために、避難所に健康食品の青汁を提供。

【ビューティタッチセラピストとは】

株式会社ナリス化粧品が 100%出資して 2014 年に設立した一般社団法人「日本介護美容セラピスト協会」の認定資格。心と体の美容療法®を基にしたビューティタッチセラピー®の手法を用いて、マッサージやメイクなどの「肌に触れるケア」を取り入れることで主に高齢者の自立支援や QOL の向上を目指しており、全国で 3,027 名（2025 年 3 月末現在）の認定セラピストを輩出しています。

心をほぐし、自然と会話が弾むハンドマッサージ。

人と人が触れ合うことは、本能的に安心につながることが知られていますが、ハンドマッサージは、老若男女を問わず手軽に体験しやすく、手から手に人から人に心から心に、相手を思いやる気持ちを伝えることができます。触れることによって緊張を緩和し、心身のリラクゼーション効果をもたらし、手のツボや反射区を刺激することで、全身をケアする効果があるほか、ケアしているときに話しかけることで、自然な会話やコミュニケーションに繋がります。また、触れられることだけでなく、触れることでも癒しになることから、地域の中でハンドマッサージを行うことで、地域のつながりやコミュニケーションが生まれることも期待できます。

