

三水会クラブ

急に暑くなったり寒くなったり、最近寒暖差が大きく唇の乾燥も気になるので天然アロマの成分でケアしたい。とリクエスト頂き、今回は天然メディカルアロマリップスティックを作りました。

メディカルアロマセラピーとは、香りだけでなく、精油の力を活用した自然療法です。

精油の内容成分は化学的、生物学的に分析され、その効能も実証されたものでヨーロッパでは一部保険医療とされています。

人間が本来持っている自然治癒力を高め、心身の健康と美しさを引き出してくれます。

今回もすぐに定員がいっぱいになり、メディカルアロマセラピーは初めての方も含め、皆さんにとっても興味を持って頂きました。

唇の弾力回復作用の精油、抗炎症作用の精油、抗菌作用の精油、肝臓強壯の精油、ご自身で自分に合った精油など好みの香りで作って頂きました。基材になる蜜蝋もミツバチの巣から作られていて食品添加物にもなっ



ているので体に優しいブレンドです。

参加された皆さんが仲良く楽しんで調合したり、お持ち帰り頂くのを拝見したり、また個人的に習いたいと言って頂いたりして、私もとても嬉しい気分になりました。

ヒューストンに来て約4年、今は三水会クラブのリーダーをさせて頂いています。毎月素敵なお先生をお呼びして、皆さんの交流の場をご提案しています。今回のセミナーで私は日本に帰ることになりますが、現在一緒にお手伝いくださるボランティアの方を募集しています。

このセミナーを機に、皆さんにとってメディカルアロマの良さを知って頂ける機会になれば嬉しいです。

尾崎 忍

次の三水会クラブ

日時: 3月18日(火)10時より

ご予約は[こちら](#)より

作成する桜のビーズ
(花瓶は含まれません)



リレー式 ヒューストン日記

第245回 マックニール 瑞代さん

かれこれアメリカ生活の方が長くなり、ヒューストンが私の第二のホームタウンとなりました。

まさに人種のるつぼで陽気でフレンドリーな人がたくさんいるヒューストンが私は大好きです!

そんなヒューストンで友人に誘われて人生で初めて聖書を手にしてから早九年が経とうとしています。何事も三日と続いた試しの無い私が、この聖書の学びは、なんと続いており今やそれは私の生活の中で欠かすことの出来ないものとなりました。学び始めて驚いたのは、聖書に書かれている事が、昔ばなしではなくて現代の私たちにも適応して通用する知恵が書かれているという事です。そして学びの度に心がほっこりして、何とも言えない心地良い安堵感に包まれるのは、今でも全く変わりません。私の大好きな牧師先生から教えて頂いた、数えきれないほどの温かいお言葉の中でも特に私が好きな言葉に、“置かれた場所で咲きなさい”という言葉があります。結婚生活の中でも、子育てにおいても、職場でも、こんなはずじゃなかった...と感じる時は、誰にでもあると思います。この言葉は、決してあきらめて自分の境遇に収まるということではありません。人は誰にでも置かれた場所(境遇)で出来る事が、そこで精一杯咲きなさいという事です。私にとって“咲く”とは、日々、笑顔で過ごすことです。例えば私が家庭で笑顔で家族に接することによって、家族が朗らかな



気持ちで職場や学校に行き、そこで彼らが笑顔で同僚や友達に接してくれたら...そう願い努める日々です。

次男が地元のフットボールのリトルリーグに属していたある年、素晴らしいコーチに恵まれ、優勝のトロフィーを手にする事ができました。チームに特別に運動神経がいい子がたくさんいたとか、体が大きい選手がたくさんいたという訳ではありません。そのコーチは、子供たち一人一人をよくわかっていて、それぞれが持っている素晴らしい力を発揮してベストなプレーが出来る様にその子供に合ったコーチングをしていました。そして子供たちそれぞれがナイスプレーをした後に満面の笑みを浮かべてサイドラインにいるコーチのもとに駆け戻って来て、一緒に飛び上がって喜び合う姿に何度感動したことでしょう! そんなコーチの指導を見ているうちに、私もそういうお母さんになりたいと強く思いました。私には三人の息子がいますが、本当に三人三様です。三人それぞれが、持っている素晴らしい能力を精一杯発揮して彼らがそれぞれ咲き誇れるような、それぞれのベストを引き出してあげる...そんな子育てが出来たら...と、切に願って来ました。その為にまずは、私自身が精一杯成長して日々、精一杯の笑顔で咲かなくてはと思っています。SMAPの“世界で一つだけの花”の歌は、今でも大好きです。人はみんな違う種を持つ。その花を咲かせることだけに一生懸命になればいい。そしてその咲き誇った花を見て微笑んでくれる人がいたら、励まされる人がいたら素敵ですよ!

置かれた場所で咲きなさい...何も難しい事や無理なことをしなさいと教えているのではありません。どんな境遇に置かれても私に出来る事がある。それを精一杯やりなさいという励ましの教えです。今日も胸に刻まれたこの言葉と共に、天を仰いで咲くひまわりのように元気で笑顔で一日をスタートしたいと思います!!!

