

アロマを通じて日仏の架け橋となつて

「結馨が結ぶあの人この人」の今回は、東京・西荻窪でアロマテラピースクール＆サロン「野枝アロマ」を主宰されているyuicaスペシャリストの中村姿乃様をご紹介させていただきます。

中村様はアロマテラピーの本場フランスにも定期的に訪問するなど、その造詣を深めるなか、yuica精油の普及にもご尽力いただいております。また、2024年3月には、今までの知見を生かし『歴史や物語から楽しむ あたらしい植物療法の教科書（翔泳社）』をご出版されました。

豊かな自然に恵まれた国、日本 そしてyuicaとの出会い

幼い頃から、自然豊かな森や公園で植物と触れ合う日々を過ごしてきました。季節ごとに変わる草花の香り、木々の装い、樹皮や綿毛の手触りなど、植物はいつでも私の五感を刺激し、安心感や活力を与えてくれたのです。

大人になり、蚊に対するアレルギーを発症したことで、安全な虫除けを求めてアロマテラピーを学び始め、植物の「癒やす力」に魅了されたことでアロマスクールを開校しました。当時は「アロマテラピーは海外から輸入された精油を使用するもの」というイメージがあり、ラベンダーやティートゥリーなどの精油を、日々の暮らしやレッスンに活用していました。ところが、ある時ふと思ったのです。「私は人生のほとんどを東京で過ご

してきたのに、幼い頃から常に近くに植物があった。都会にいても、ほんの少し足を伸ばせばすぐに植物と触れ合える日本は、実は豊かな自然に恵まれた国なのかもしれない。日本の植物から生まれた精油もきょうとあるはず。」

こうして、日本産の精油を探し始めたところ、yuicaに出会うことができました。優しくも凛とした香り、懐かしさと安心感をおほえる草木の包容力。嗅いだ瞬間に、子どもの頃のあの森や公園にタイムスリップしたような気持ちになり、心が沸き立ったのを覚えています。

アロマテラピー発祥の地、 フランスで学ぶ

アロマテラピーの勉強を始めた頃から、「精油を生み出す植物そのものの姿を見てみたい」と思っていました。



『歴史や物語から楽しむ
あたらしい植物療法の教科書』
中村姿乃著 翔泳社

そこで2015年頃から、アロマテラピー発祥の地であるフランスを訪れ、アロマ、ハーブ、オーガニック製品などに携わる方々取材していただきます。また、コロナ禍においては「リヨン植物療法専門学校」で、オンラインにてアロマテラピーの応用を学びました。

フランスには、精油やハーブなどを扱う店が多くあります。スーパー、デパート、専門店、薬局など、場所によつて気軽に買えるものからメダイカルに使うものまで、種類や品質もさまざまです。いずれも情報がわかりやすく開示され、目的や症状に応じて消費者に多様な選択肢が与えら



れているため、多くの人がごく自然に植物療法を暮らしの中に取り入れています。

日本ならではの植物療法

こうしたフランスの環境をうらやましく思い、取材を始めた当時は、アロマテラピーをはじめとする植物療法において、日本はヨーロッパ諸国を追いかけていく立場であつて、発信する側ではないのかなという思いが心のどこかにありました。

けれどもよく考えてみれば、日本でも古代から植物療法は行われていて、長きにわたつて暮らしの中に根づいています。そこで、フランスでお会いする方々に、スギやヒノキなど日本ならではの植物や、ゆず湯や七草粥などの文化について話をしたところ、多くの方が興味を持ってくださいました。また、yuicaの精油をプレゼントすると皆さんとても喜ばれます。日本の森林や木々の活用法についてもっと知りたいという方が非常に多かったです。

yuicaスペシャリストとしての これから

最近、植物療法の本を書く機会

に恵まれ、世界各国の植物療法の歴史や文化について多くの文献を読みました。そして、「日本人と植物との関わり」について改めて思いを巡らせました。日本は、他国の療法や文化を取り入れながら、時代に合わせた独自の植物療法を行ってきたが、常にそこには自然への敬意がありました。間伐材を利用した精油の蒸留や、「人と自然を結ぶ」というyuicaのポリシーは、まさに古代から日本人の根底に流れる植物の想いのなだと思えます。

今後はアロマテラピーをはじめとした日本ならではの植物療法を、国内ではもちろん、フランスでも多くの方々に伝えたいと思います。そして、より多くの人々が日本の植物に触れ、その「癒やす力」を暮らしの中で役立てていただけるよう、国境を越えてお手伝いができたら嬉しいのです。



アロマテラピースクール＆サロン
「野枝アロマ」代表 中村 姿乃
東京都杉並区西荻北3-41-11
若葉マンション401
<https://noe-aroma.com/>

