



大橋 マキ
「アロマセラピスト」

自然の良さを伝えら
れるセラピストに

子どもの頃は、たんぼや小川、あぜ道など自然と触れ合えるいろいろな場所で遊んでいました。女の子よりも男の子の友だちが多く、活発な子どもだったと思います。茂みに入ってセミやカブトムシをつかまえたり、蛇に出会ったり、ザリガニの産卵をジーツと見たり、自然が昔から大好きだったんです。

成人してから本物の森に出会った！と感じたのは、イギリス留学中的时候了。森の中で朝や夕方にジョギングをしていたのですが、コース中にうっそうと茂った森があるのです。そういう森は、地表に光が入らなくて周囲も見えにくいのです。時々、何かの視線を感じたりもするのですが、「怖い」という気持ちと同時に、「楽しい」というワクワクする感覚もあって、「生きていく」という感覚を強く感じました。森はいろいろなことを気づかせてくれるから、大好きです。

葉や木の香り（アロマ）がもたらす効果には、とても興味深いものがあります。葉は、日の光を浴びようと上を目指していきます。そういった葉のアロマは、葉の生長同様に、呼吸を伸びやかにさせ、気分も上昇させる効果があるのです。また、固い地面に根ざし

てどっしりとかまえている木のアロマは、体にも心にも安定感を与える効果があります。

アロマセラピストになって五、六年になりますが、仕事を通じて自然を理解していないことを思い知らされることが多々あります。だから、もっと自然を勉強して、自然を知っているアロマセラピストとして、「こんなに自然は楽しいでしょ？」と、多くの人たちに伝えられるようになりたい。もちろん仕事としてだけではなく、一人の大人として子どもたちにも自然の良さや大切さを伝えていきたい、と考えています。

自然のなかにいるときのドキドキ・ワクワクする気持ち、ごみ問題など日常生活での自然環境保護的な気持ちなどを、家族や知人と共有したり、テレビやラジオでも発信していければ、と思っています。

プロフィール
大橋 マキ（おおはし まき）
フジテレビアナウンサーを退職後、英国に留学し、植物療法を学ぶ。イギリスの美しい自然のなかで暮らしながらアロマへの造詣を深め、英国IFA認定アロマセラピストの資格を取得。現在はアロマセラピストとして病院で活動するほか、執筆、翻訳、TVやラジオ番組のナビゲーターなどにも活動の幅を広げている。
http://aromania.coocolog-nifty.com/maki_o/

Maki Ohkoshi