



PROFILE

平橋摩や（ひらはしまや）さん

株式会社エヌ・アイ・シー 漢方アロマ事業部長、
漢方本草アロマ学院長。台湾にて漢方アロマ精油の
学術、若石式足ツボ療法、漢方アロマ刮鬚
美顔術などを学ぶ。同社 越智淑子社長と共に漢
方アロマ精油『神農 本草精華』ブランド開発に
携り、各地の企業や個人サロン、鍼灸院などで
漢方アロマ実践セミナーの開催や個人向け漢
方アロマ処方アドバイスなどを実施する。薬膳
アドバイザー、国際中医健康診断師。



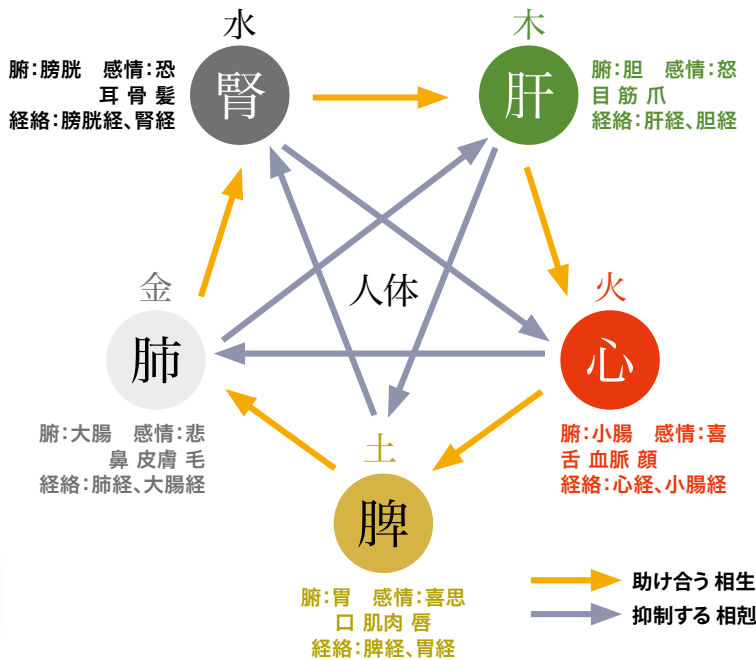
for example!

肝

肝の相生：心と相生の関係にある。
肝の血が心臓の動きを助けている。
この場合、心の母は肝、肝の子は心
になる。
肝の相剋：脾とは相剋の関係にある。
脾臓の過剰を抑制している。
もしも肝の機能が低下した場合は、
肝が助けている心の機能が低下して
しまい、抑制する脾の機能を抑制で
きなくなる。
他も同様に、それぞれ臓腑は影響し
あいバランスを取っている。乱れれ
ば、病となる。

五行学説～人体も自然の一部～

五行学説とは、数千年前の医学書『黄帝内経』に記された、診断や診察に使われた基本的な考え方。
森羅万象を「木・火・土・金・水」の5つの気の関係を表しており、
それぞれが互いに生み出し、助け、抑制しながらバランスを取って調和しているのだという教え。
自然の五行図と同じく、人体においては五行図も生み出す“相生”、抑制する“相剋”の関係が互いに影響し合う。



生きるために必要な
3つの要素

漢方では、“気・血・水”の3つを、
人体を動かすために必要な要素
と考えています。常にバランスを
保ち合い、お互いをコントロール
しているので、どれか一つが不
足したり、滞ると全体のバランス
が崩れ、精神や身体に影響を及
ぼすと考えられています。



目には見えない
生命エネルギー

生命エネルギーそのもので、気が
なければ、血も水も動いてくれない。
「元氣」「病氣」など言葉でも表さ
れている通り、気が衰えると心身も
弱ってしまうと考えられている。身
体を温め血や水を動かし、病因から
身を守る。もともと持って生まれた
気は腎に宿るとされ、巡らせるのは
肺、伸びやかに機能させるのが肝。

身体と精神に必要な
栄養素を巡らせる

身体と精神に必要な栄養を与える。
血液そのものを指すだけではなく、
食物からの栄養や清気を含む液
体。全身を温め、身体と精神を潤す
役目も。
血は脾(胃)で得た飲食の栄養分、
肺で得た清気をもとに生成。肝で貯
蔵・調整され、心の脈によって動く。

細胞や組織を潤し
排泄をスムーズに

リンパ液、汗や涙、尿など、血液以外
の水分。細胞や組織を潤し、排泄を
スムーズにし、体温維持に関わる。
脾(胃)で得た飲食物の栄養分で作ら
れ、肺によって全身を巡り代謝され、
腎によって正常維持・排泄される。

PART.2

『神農 本草精華』の
漢方アロマ

「漢方」と「アロマセラピー」の世界を繋げる
経絡・経穴のバランスを整える
五行理論に基づく『漢方アロマ』

漢方薬として知られる植物を原料にした『漢方アロマ精油』。
精油の専門家であるアロマセラピストにとっても、まだまだ未知の部分が多い分野です。

日本人には馴染み深い『漢方』とアロマセラピーの世界を繋げる新しい精油を、
経絡や経穴を用いた施術やセルフケアに取り入れる方法について紹介します。

取材・文◎森聖子

漢方アロマセラピー

『神農 本草精華』が生まれるまで

ここで紹介する『漢方アロマセラ
ピー』とは、漢方薬の原料となる植物
から抽出した精油を用いたアロマセラ
ピーのスタイルです。

熊本、東京、大阪で開講する『漢方
本草アロマ学院』の学院長であり、漢
方アロマ精油『神農 本草精華』ブラ
ンドの開発に携わった平橋摩やさん
が、漢方アロマ精油に出合ったのは、
今から12年程前のことでした。

「当時、アロマの先生が香港出身で、
漢方の理論に則った西洋精油の選び方
を教えていただきました。台湾から輸
入された、漢方アロマブレンド精油に
触れたのはその頃です」

当時の中国では、紀元前から存在し

リジナル精油の開発に携えることに。原
料と製造法など品質にこだわりの、結果
を出すブレンド精油であることはもち
ろん、課題であった香りのバランスを
重視。いよいよ2009年に『神農
本草精華』を誕生させます。

自然哲学「五行理論」で
人間の全てを見る

漢方アロマ精油『神農 本草精華』は、
漢方、経絡の理論に基づいて開発され
ました。

漢方中医学が西洋医学と大きく異な
る点は、『症状でなく人を見る』とい
う部分です。

「眠れない、吹き出物など、実感や体
表に現れた症状には、環境やその時の
感情、身体の状態などから生ま
れた根源があります。そこに目を向け
るべく、人の全体と背景を見つめるこ
とが大切です」と平橋さん。

漢方や経穴、経絡理論などの東洋医
学は、全て中国の自然哲学である『五
行学説』に則っています。これは、自
然界の全てを『木・火・土・金・水』
の5つの気の要素に分類する考え方だ
す。この五行はお互いに関わり合う関
係にあり、助け合ったり、抑制し合っ
たりしながらバランスを保っていると
考えます。この五行の哲学を、人間の
身体という自然に当てはめ、診断、治
療に活かしてきました。五つの臓と腑

た漢方についての科学的な研究が行わ
れ、また精油の抽出技術が普及したこ
とから、大学の研究で薬剤を精油にす
ることが始まったようです。その技術
が台湾に入り、日本にも輸入されるよ
うになったそう。

「個人サロンで西洋、漢方両方の精油
を扱うスクールを開校し、漢方アロマ
を使った経絡マッサージの施術を行う
ようになりました。使い始めてみると、
クライアントの反響が大きくて。誰よ
りも、自分自身が効果を実感していま
した。家族のケアに使うお客さまもた
くさんいましたよ」

平橋さんはその後、アロマメーカー
のマネージャー兼漢方アロマインスト
ラクター、セミナーの客員講師活動な
どを経て、日本人に合った漢方アロマ
精油を自分たちの手で生み出すべくオ
rganや組織を表し、病の発見や予防を
教えています。

春、伸びやかに成長する性質を持
つ『木』。人体でこれに当てはまるの
が『肝』で、ストレスなどで伸びやか
さを失うと、肝臓や胆嚢の不調、目
爪、筋の異常として現れます。熱く上
昇するのが『火』。身体では『心』と
なり、心臓の不調は小腸、舌、顔に現
れます。季節の変わり目(土用)にあ
たり、収穫や栄養の源を象徴するのが
『土』。湿気は『脾』を乱し、胃や口・
唇に現れます。変化・収斂する働きを
象徴する『金』は、『肺』。大腸・鼻・
皮膚・呼吸を司るので、これら器官の
不調は肺から来ています。冷やし、下
へ流れる性質を象徴する『水』は、人
体では『腎』。水の過剰は腎臓・膀胱
を乱し、耳や髪・骨などの不調を招き
ます。生殖器の問題も腎に含まれます。

また、木は燃えて火を生み、火が物
を燃やして土を生み……と、次の気を
生み出す関係を「相生」、水が燃え過
ぎる火を鎮め、火はその熱で金を変化
させ……と、相手の変動を抑制する関
係を「相剋」と言い、これの関係は全
て人体に当てはまります(上図参照)。

さらに、身体構成要素である『気・
血・水(津液)』に過不足があったり、
流れが停滞すると、心身に不快な症状
として現れます。

気血水を生み出し、機能させている





ケース別・おすすめ経絡ブレンド

ブレンドシリーズはトラブルの出方を見て選択し、経絡・経穴に塗布して使用します。
ブレンドオイルの成分と働きかけを知り、トリートメントやセルフケアに活用しましょう。

『本草精華』選び方のPOINT

1) 全身・顔・声などの望診問診で

カウンセリング中のクライアントの歩く姿勢や表情・話し方など、目で見えるもの全てを観察。目の輝き、肌や髪、声から感じるイメージも選択に繋がる。

2) 主訴や問診から

まず解決しなければいけないことは、来店した動機に繋がる一番のお悩み。その主訴に至った背景を知るため、日常生活についての質問も行う。

3) 気血水・五行に落とし込む

1で把握した情報、2で確認した主訴と背景を基に、気血水・五行のどこが最も問題なのか、どこが決すべきかを判断して精油を選ぶ。



肩凝りなどの筋肉の痛み 『鎮静止痛』

【帰経】肝、胆、肺、大腸
【症状】肩凝り、腰痛、筋肉痛、冷えると起こる痛み

温めながら血の巡りを良くする生薑、肉桂、花椒がブレンドされている。特に身体に滞った湿気によって起こる関節炎の痛みに良い。胃痛など消化器の痛みにも。

痛みを感じるところに塗布して使用する。



花椒



美白、解熱、鎮痛、風邪の諸症状に『白芷』

セリ科のヨロイゲサの根茎より抽出。帰経は肺・大腸・胃。甘く、少し焦げたカラメルのような香り。肌や呼吸器系に働きかける。



楊貴妃も愛した美肌の精油『薏苡仁』

イネ科のハトムギの種子より抽出。帰経は脾・胃・肺。精油に香りはない。解熱排毒に働き、美白、むくみ対策、イボ取りなどに使われる。



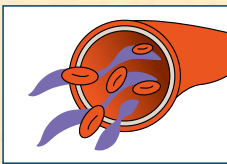
血の問題に働きかける女性の味方『當歸』

根から抽出。帰経は肝・心・脾。深く香ばしい香り。養血・婦人科の要薬と言われる。



呼吸器のアレルギー、感染症に『辛夷』

モクレンの花の蕾から抽出。帰経は肺・胃。甘くてスパイシーな香り。鼻の聖油と言われる程鼻炎に良い。安眠や子宮、美肌にも。



血流の流れを良くする 『風華』

【帰経】心、小腸
【症状】冷え、婦人科系疾患予防、血行不良

血流の滞りで冷えがある場合に。血を補う當歸、気を補う人參が、血の生成力を養い、川芎が瘀血を流すので、血と関係が深い婦人科系疾患予防に良い。下腹部と腰部に塗布すると、月経で残った瘀血がある人は、塗布後に黒い経血っぽい物が出る事が。



當歸



イライラ、不眠、ストレス 『忘憂』

【帰経】肝、胆
【症状】イライラ、不眠、ストレス過多、うつ状態

不調に繋がるイライラや不眠は、肝と深い関係が。ストレスと闘う毎日の終わりに、こめかみや胸元、両脇腹付近に塗って高ぶった精神を鎮静。人參が消耗した気を補い、柴胡、黄芩が心身を鎮める。特に夜眠る時やヘッドマッサージへの使用がおすすめ。



人參



血行促進して機能アップ『川芎』

根茎から抽出。帰経は胆・肝・心包。スパイシーな香り。鬱滞を取って気血を巡らせるので、血中の気薬と言われる。冷え性や肩凝り、月経異常の軽減に。



炎症肌、膿を持ったニキビ肌に『連翹』

果実より抽出。帰経は心、胆。薬のような香り。「清熱解毒」の働きで腹部・心肺の熱を取る。皮膚・呼吸道・消化器の感染症などに良い。



気の巡りを良くしてストレス対策『陳皮』

果皮から抽出。帰経は肺・脾。深みのある柑橘の香りで、気の巡りを良くする「行気」の働き。気血水の滞りや消化器系の不調に。



体内の冷えを取り除く『花椒』

日本のサンショウに近い植物の果皮から抽出。帰経は脾・胃・腎。寒湿を取る散寒薬。脾の冷えから来る下痢や、腎からの腰痛にも。

のも五臓なので、その根源に目を向け、五行のバランスを取っていくのが漢方アロマセラピーの基本となります。

「漢方薬を飲む方法、鍼灸や按摩によるケア、睡眠や食事などの日常生活の改善など全てが『漢方養生法』です。漢方の教えを反映し、香気を持つ漢方アロマで過不足や滞りを整え、バランスを取り戻す漢方アロマセラピーもまた、素晴らしい養生法だと考えています」

漢方薬の原料「本草」と漢方アロマ精油

「草石の寒・温の本（＝性質）に基づく」に由来して、漢方薬に用いられる材料を「本草」と言います。漢方アロマ精油は、その中でも乾燥させた植物を原料とし、水蒸気蒸留法や超臨界流体抽出法など、従来の精油で使われるのと同じ製造法で作られます。

「管理方法や使用方法も従来の精油と同じ。ブレンド精油はそのままで、純精油は植物油で希釈してトリートメントやセルフマッサージに使用してください」

原料植物として、生薑はジンジャー、蔘薊はデイルなど、西洋精油と同じ物も見られますが、最大の特徴は、漢方薬でもご存知の通り、乾燥させた植物を原料に精油が抽出されているという点で、生の植物からの物とは香りも働きかけも異なるそうです。

また、精油の作用について、西洋精油を用いたアロマセラピーでは、鎮静作用、去痰作用などと表現しますが、漢方アロマ精油では「帰経」と言って、働きかける経絡や、臓腑にどんな働きをするか、また、血を補う「補血」、気を巡らせる「行気」など、気血水の過不足や停滞などの異常に対しての働きかけを示します。他にも温める、冷ます性質を示す「寒涼温熱」など、さまざまな角度から精油の特性を示しています。

「臓腑に問題があれば経絡・経穴に痛みやしこりを感じます。漢方アロマを用いて滞りが起きている経絡を流し、経穴を刺激することは、繋がっている臓腑や関係する器官の問題解決がより早くなります。

根源を指した漢方アロマセラピーの良さは、何よりも施術の結果が早いということ。セルフケアに使っていたとしても、「身体が温まる」、「むくみが取れた」など、即効性を実感する声をいただきます。漢方理論は難しそうに感じるでしょうが、ほとんどの方はすぐにこの世界に惚れ込んでいきますよ」

漢方を学ぶことは、心身共に健康に生きる知恵を身に付けることに繋がります。漢方アロマセラピーを通してスキルアップは、クライアントへの本来あるべき美と健康の提案の質をさらに高めてくれるはずです。

／もっともっと本格的に！／

漢方アロマセラピーに使われるキャリアオイル

芝麻油

ゴマの種子から採れるセサミオイル。身体や肌の毒素を排出させるのに役立つ。薬を長期間服用している慢性病の方や肥満などにもおすすめ。



胡桃油

クルミの種子から採れるオイル。乾燥やたるみ、シワのある老化肌に栄養を与え、弾力のある肌へ導く。記憶力低下や神経衰弱、ストレスによる不眠にも良いとされる。



櫻桃油

サクランボの種子から採れるチェリーカーネルオイル。水分を維持して肌を再生させる働きが。敏感肌、アトピーによるトラブル肌など、再生力が低下した肌のスキンケアに。

