第2号
2022/11/20

News Hypno

一般社団法人　日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）創設から 9 年を迎える 2022 年 5 月、
JBCH 会報誌『News Hypno』が創刊となりました。
本誌を通して、会員の皆さまにとってより良い環境と役立つ情報を提供していけるよう努めてまいりますので、
今後とも変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げます。

contents

【第２号特集】 特別インタビュー　川嶋　朗　先生 2

日本の統合医療の第一人者である川嶋先生。子役スター時代の医療への不信感をきっかけに医師の道を目指し、日本初の高等教育機関による統合医療教育を実施されるまでに至った経緯とご経験、そしてその熱い思いとは。

連載 【JBCH インストラクター紹介】 第２回　村井　真寿美　先生 14

「ヒプノセラピー」という言葉に出会ってから、導かれるようにヒプノセラピスト・インストラクターの道へ。初めて受けた前世療法で、今世の目的として降りてきた言葉は「光を広げる」こと。真寿美先生のこれまでの経験や、セラピスト・インストラクターとしての思いとは。

連載 【ヒプノセラピー困ったときの相談室】 18

「モニターさんから現金で受け取っているセッション料金。キャッシュレス化の時代！決済方法はどうしたらいいの？」

連載 【オススメ書籍・メディア】 20

『運動脳』（アンデシュ・ハンセン著／御松由美子訳）
『理研 CBS』／『富山大学大学院　医学部　生化学講座』

新企画 【前世療法・実体験漫画コーナー】 22

JBCH 会員ヒプノセラピストが、実際にセッションを行ったその前世療法を、連載漫画にしてご紹介していきます。

○入会＆会員資格について 13

一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

【第2号特集】 特別インタビュー

神奈川歯科大学大学院 統合医療学講座 特任教授 ／ JBCH 理事 川嶋（かわしま） 朗（あきら） 先生

日本の統合医療の第一人者である川嶋先生。子役スター時代の医療への不信感をきっかけに医師の道を目指し、日本初の高等教育機関による統合医療教育を実施されるまでに至った経緯とご経験、そしてその熱い思いとは。

今回『News Hypno』第２号では、特集として「川嶋朗先生特別インタビュー」をお届けいたします。
神奈川歯科大学大学院統合医療学講座の特任教授であり、医師であり、JBCH 理事の川嶋朗先生をお迎えして、日本と世界の医療と統合医療について、またヒプノセラピーとの出会いなど、色々とお聞きいたしました。

（インタビュアー：辻口真紀）

― 川嶋先生は神奈川歯科大学大学院の統合医療講座の特任教授、そして医師であり、ヒプノセラピストとしてもご活躍されていますが、今までの経緯を教えてください。

僕は東京で生まれて、北海道大学へ行って医師になりました。東京に戻って東京女子医大に入局して、その頃は西洋医学一辺倒でした。大学院も女子医大を出て、ハーバード大学へ留学して遺伝子の発現調節の研究をずっとしていました。

北大の時代に東洋医学研究会というものを作りましたから、漢方薬や鍼灸には知識がありました。ハーバード大学で僕の話を聞いたアメリカの研究者が気や鍼灸のことに興味を持ったんです。

また黒船ではやってられないと思いまして、急遽日本に帰ってきて、自分の腎臓病学の中に東洋医学を入れようかと思ったんです。ところが、耳が急に聞こえなくなって、耳鼻科の教授からもう治らないと通告されたり、いろんな扱いを受けたりしました。その時に見えないエネルギーと触れたんです。

勉強し始めると、見えないエネルギーというものが世の中にたくさんあることに気づきました。漢方医学の本質なのかもしれませんが、漢方医学には気功というものがあって、気という見えないエネルギーを意識的にコントロールするんです。ヨーロッパの伝統医療の中にはホメオパシーやフラワーエッセンスのような、自然界の見えないエネルギーを応用したものもありますし、アメリカにもセラピューティックタッチという手かざしみたいなものもありますし、そこで漢方薬や鍼灸だけでは不十分だと思い、色々なものに手を出し始めました。

そして、通常の医療とそうじゃないものを組み合わせた部所を女子医大に作ろうと運動したんです。なんとか 2003 年に東京女子医大附属青山自然医療研究所クリニックを出してもらい、11 年間やりました。

＜川嶋朗先生　主なプロフィール＞

・神奈川歯科大学大学院統合医療学講座 特任教授
・統合医療 SDM クリニック院長
・(一社)日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）理事
・日本催眠学会理事

北海道大学医学部卒業。在籍中に東洋医学研究会創設・主宰。
東京女子医科大学入局後は、腎臓の蛋白代謝などの研究に従事。
東京女子医科大学大学院修了後、Harvard Medical School & Massachusetts General Hospital 留学。
2003～2014 年東京女子医科大学附属青山自然医療研究所クリニック所長。
2014 年東京有明医療大学保健医療学部鍼灸学科 教授、東洋医学研究所附属クリニック自然医療部門担当。
2022 年から現職。
『毎日の冷えとり漢方』『ヘルシーエイジングのための自然医療』など著書 100 冊以上。

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

11 年目に女子医大の理事長の交代があり「君の部所は廃止する」と、突然言われまして東京有明医療大学へ移りました。ここは鍼灸と柔道整復と看護しかない小さな大学ですが、教鞭を取らせてもらいながら、その教育もできるということで移りました。

通常の医療は保険適用で、皆でお金を出し合っているためにエヴィデンスが必要なのはよく分かりますが、非通常の医療である補完代替医療は、西洋医学に比べるとエヴィデンスに乏しいわけですね。

ですから、健康保険のような他人に補っていただけるシステムを利用することはできないと考え、今も自由診療で診ています。

さて、統合医療という言葉は 2000 年頃アメリカで出て来た言葉です。ヨーロッパには元々補完医療というものがあって、これは西洋医学を補う医療という位置づけにされていました。

アメリカでは、1970 年代にヒッピーという世の体制に反対の立場を持つ人が奇抜な格好をして町を闊歩する運動が流行って、その際に「オルタナティヴ」や「オルタネイト」という「代わりの」「もう一つの」という意味の言葉を用いたそうで、1990 年代に医療にも体制とは違ったものが必要なんじゃないかという動きがあって、「オルタナティブ・メディスン」というのが生まれました。

オルタナティブを「代替」と日本の先生が訳したのですが、取って代わるというニュアンスですね。アメリカでも現在、オルタナティブというと通常の医療の代わりに用いるものという捉え方をされています。アメリカは保険が効かないので病院へ行ったらお金が掛かりますから、自分の身体を守るために必要なものはどんどん取り入れようという傾向があるのです。

1990 年頃、雑誌「The New England Journal of Medicine」に 3 割くらいの人が代替医療を使っているという論文が出ました。そこで 1992 年に国立保健研究所（NIH）という日本の厚生労働省に相当するところに代替医療研究室が出来て、1998 年にはナショナルセンターになり研究がどんどん進むようになりました。

もちろん補完代替医療だけではカバー出来ないのは当然ですから、西洋医学と補完代替医療を併せたものという意味で「integrative（インテグレイティブ）=統合」という言葉を使った統合医療というものが、2000 年を過ぎてから生まれたんです。2014 年にはそれまであった補完代替医療センターが、補完統合健康センターと名前を変えました。

北海道大学時代の川嶋先生（前列左から３人目）

アメリカの研究が進む中、日本はと言うと、2000 年前後は補完代替医療や統合医療という世界の潮流には乗っていました。その後世界各国では国を挙げて補完代替医療に取り組み始めたのですが、日本は国レベルで取り上げることは現在においてもなく、正しい形で広がっていません。厚生労働省も規制などかけないため、統合医療と称して、金儲け主義で患者、特に癌患者をターゲットにしたビジネスを展開する人が出てきたり、医師、民間人に限らず西洋医学を否定する人が出てきたり、とにかく無法地帯で被害者もあとを絶ちません。統合医療のイメージは決して良いとは言えず、このまま行くと、有用な医療まで全部潰されてしまう可能性が出てきています。

そうならないためには、どういうことが正しくて、どういうことが正しくないのか、どうやって正しく行えばいいのかを教育する場がなくてはならないと思いました。僕は 2010 年を過ぎた頃からそういうことに気づいて、東京女子医大で統合医療教育をしたいとずっと言い続けましたが、実際に出来たのは学年の 1 コマ・2 コマくらいでした。

そのうち女子医大を追われることになり、次の有明医療大学でも理事長にその話をし続けましたが、なかなか首を縦に振ってもらえず、他の大学に話を持っていくことにしました。まず、客員教授をしていた新潟薬科大学で引き受けてくださるということで決まりかけたのですが、理事長兼学長が急な悪性

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

腫瘍で亡くなられて話がなくなってしまいました。

その後、神奈川歯科大学をご紹介いただき、統合医療学講座を設立できる運びとなって今年４月に統合医療学講座を開講し、統合医療教育を開始しました。

― 川嶋先生ご自身が医師を目指されたきっかけなど教えてくださいますか？

僕は人生において足が痛くない時ってないんですね。右のふくらはぎに腫瘍があるんです。もちろん悪性だったらとっくに死んでいますので良性に違いないんですが、物心ついた時から足が痛くてひどい時は足を引きずるような状況でした。

僕は昔、子役をやっていましたから親も必死になって、東京の大学病院や総合病院で行ってない病院はないんじゃないかってくらい連れて行かれました。有名な先生っていうと、皮膚科だろうが、形成外科だろうが、親にあちこち連れ回されました。

ところが、どこへ行っても「わからない」と言われて、挙げ句の果ては「切らなきゃわからない」「注射をしてみよう」とか、色々されたんです。僕は医者にかかるのは非常に嫌いでした。白衣は床屋でも泣いてしまう子だったので、髪を切るのは美容院という生意気な子どもだったんです。その医者嫌いの僕が、医者に行かなきゃいけないような状況って耐えられなかったんですね。

中学の時にどうしたら医者に行かなくなるかと考えて、「そうだ！医者になれば行かなくて済む」と思って医者の道を決めたのです。あの当時に医者から「わからない、わからない」と言われまくったので、医療に対する多少の不信感は最初からありました。

母がリウマチになった時、鍼灸で痛みのコントロールができるようになって鍼に興味を覚え、たまたま大学で麻酔科の先生から鍼灸を教えてもらえたことがきっかけで、東洋医学研究会を作り、そこで漢方医学の下地も作れたというわけです。

今でも右足のふくらはぎは最大の急所で、押されたら痛いです。僕が 20 歳ぐらいの時、札幌市に全身を撮れる CT スキャンが初めて入って、それを撮って正体がわかったんです。僕は今 64 歳ですけど、45 年前ってまだ全身撮れる CT スキャンは数えるほどしかなかったし、当然 MRI なんかない時代だったんです。

僕はハーバード大学から 1995 年に帰国しましたが、その頃は天下のハーバード大学ですらインターネットは普及しておらず、当然Ｅメールなどなく国内外のやり取りは全部ファックスでしていました。グーグルを見ても、ヤフーを見ても何にも情報なんかないんです。この 20 年から 30 年の間にこのインターネット社会になって、世の中ってどういうふうに動いていくかわからないなって思いますね。

医療でも CT は全身撮れるようになって MRI が出てきて、いろんな診断機器も出てきました。治療薬も抗癌剤も、最近は分子標的薬が中心になってきて前ほど副作用も強くなく利用できるようになっています。

子役時代

― 子役時代のことをもう少しお聞かせください。

僕はやる気があったわけではないんです。親に勝手にやらされましたから暗黒の小学校時代を過ごしました。友人たちが「あれ観た、これ観た」ってヒーローものの話をしている中についていけなかったんですね。自分は見てないですから。

クラスではじかれちゃって、子役を辞めたいってずっと言っていたんですが、親からは主役を取るまでは辞めさせないと言われていました。幸いにして 1970 年の４月から 1971 年の３月まで１年間、主役をやらせてもらいました。

NHK の『へこたれんぞ』という時代劇です。「へこたれんぞ」は「負けるもんか」という意味です。 今

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

【第２号特集】

の僕を象徴しているようだなと、最近になって思います。その後、他の芝居のお誘いもありましたが、すっぱり辞めました。

立派な商人めざす孤児
――戦国時代の経済もわかりやすく――
〈へこたれんぞ〉
総合テレビ＝土／後4：45

〈へこたれんぞ〉物語

〈へこたれんぞ〉作・阿部桂一は戦国時代の末、戦乱で孤児となった百姓の子・虎松が大商人に拾われて、商人として修業をしたあげく、ついに、苦しい修業をしたかいがあって、りっぱな商人に成長していくものがたりです。舞台も時外国貿易がさかんだった山口県の港町堺を中心に、豊臣秀吉、徳川家康、千利休らの実在の人物をからませながら、急に変化し発展した当時の様子のようすをわかりやすく描いています。

いまから約四百年はるかのこと、ちょうど織田信長が本能寺で討たれる二年前の天正八年、百姓の子として生まれた虎松（真島隆）は、早く父を失い、残る母もいくさで殺され、

虎松と同じがんばり屋
――主役の川島晶君――

主人公虎松の役をやる川島晶君は劇団こまどりの団員で、東京・晩星中学の一年生。野球が大好きだがプロ野球では巨人軍が大きらいだとか。実際の虎松君も似たものの性格のようです。この４月から赤さんの放送も学校放送〈ひらけゆく町〉で主役をやっているので、負けられないと、大はりきりでがんばっています。

NHK 連続時代劇「へこたれんぞ」

― 川嶋先生のヒプノセラピーとの出会いを教えてください。

10 年ぐらい前になります。それまでは、「催眠」と言えばテレビやショーでやっているイメージが強くて、僕も少し怪しい印象を持っていましたから、その領域には触れてなかったんです。

東京女子医大にいた時、僕は 2006 年から NPO の統合医療塾という私塾を作って、医師を対象に統合医療の教育を始めました。その中に村井先生の弟子が 1 人と、大阪でヒプノセラピーを学んだ医師がいて、その二人から「先生、ヒプノセラピーはちっとも怪しくないですよ」って言われていたんですね。

経験もしてないのに怪しいと言ってもいけませんし、知りもしないで何かを否定するのはフェアじゃありませんから。セミナーをやるから村井先生を呼んでくれないかと弟子の人に頼んだのです。村井先生に来ていただきセミナーを開催し、初めて催眠を体験しました。

集団での体験でしたが、僕は意識が遠のいたわけでもなく、ただ、「え？これが催眠なの？」と思いました。村井先生に「一種のイメージ療法みたいなものなんですね。思っていた催眠のイメージと全く違いました」と言ったら「まあ、そのようなもんですよ」と言われました。そこから勉強し始めたんですね。

大学側に「催眠療法を学びに行きたい」と言ったら反対されました。同期に精神科の教授がいまして、僕は精神科の専門じゃないから、「その領域に手は出すな」と言われました。僕は薬物療法をやろうとか、精神科領域を侵害しようとかという気持ちは全くなくて、「病気の本質は潜在意識の中に答えがあるんじゃないか、それを知る方法がヒプノセラピーなのです」と説明しましたが、ダメでした。

「どうしても行くんだったら、欠勤するか、辞めて行け」と言われました。それで、欠勤して受けに行ったんです。勉強し始めたら意識には顕在意識と大きな潜在意識があって、潜在意識の中にいろんなものが隠れているとわかりました。

僕の専門は腎臓病学だったので、あまり癌を扱うことはなかったのですが、自由診療で患者さんがお金を掛けてもいいと思えるのは、たいがい命がけのことです。だから、統合医療をやっていて癌を見ないわけにはいかなくなったのです。

僕は学生の時、前日まで元気で電話に出ていた母が、翌日になって突然死ぬということを経験しています。医者になってからも死の現場に何度も遭遇したり、何人も看取ったりということもしました。

僕はヒーリングや見えないエネルギーは信じています。手かざしで何でも治してしまう人って実際いますよね。大昔、南インドにアガスティアという聖人がいて、そこを訪れる人たちの過去から未来までの人生を全部書き残した葉っぱがあるとか、不思議なことは山のようにあります。

僕の友人に江原啓之氏がいますが、彼は本物だと思います。見えないものを扱っていると江原氏のような本物も出てくるんですよ。そういう人から亡くなった母のコメントをもらったりしたこともありました。

コメントをもらうってことは亡くなった母がどこ

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

＜NPO 心身医学臨床研究会での講演＞

2008 年 11 月 30 日(日)に NPO 心身医学臨床研究会（会長：川嶋朗先生）に講師として招かれ、催眠療法について講演を行いました。潜在意識と顕在意識の関係、ラポール、インナードクター、心と身体の関係、潜在意識の特徴、ヒプノセラピーの有用性などについて２時間ほどお話しさせていただきました。（村井先生より）

東京女子医科大学附属青山自然医療研究所クリニック所長の
川嶋朗先生と村井先生

かにいて、魂があるんじゃないかとか、人が生まれるってなんだろう、人が死ぬってなんだろう、死んだ後ってどうなるんだろう。現在の稚拙な科学ではわからないことだらけです。

臨死体験などを聞いてそれらが一致しているところから、どうやら潜在意識なるものがあって、そこに色々なものが隠されていて、その中には神みたいなものまで存在するとか、アカシックレコードとアクセスしたであろうエドガー・ケイシーなどの勉強をしていくと、潜在意識の中には自分の顕在意識では知り得なかった情報がたくさんあるんだと思っています。

どんなにがんばっても人間は 100%死んでしまいます。そうすると、病気自体にも意味があるんじゃないか、生きることも意味があれば、死ぬことも意味がある。病気も治療すればすべて治るわけじゃないし、再発する方もいます。

世の中で起こることは偶然じゃなくて必然なのだろうと、だとすればその理由はどこにあるのか。自分の顕在意識が気づかなければ、潜在意識の中にそれを見出すことを考えようとなるのです。

ヒーリングができる人に潜在意識を観てもらうこともできますが、それが本物かどうかはわかりません。中には思い込みが強いだけの方もいるかもしれませんし、騙す方もいるかもしれません。もちろん本当に見える人もいるかもしれません。江原氏は見える人だと思っていますが、彼に鑑定を依頼したことは一度もありません。だから、今でもいい付き合いをしています。

ヒプノセラピーは能動的にこちらから誘導していって、その人を潜在意識につないであげて、自分で気づかなかったことを気づかせてあげることができるんだということが勉強してわかりました。僕のように凡人で超能力を持っていない人間でも、きちんと学んだら医療に活かせるんじゃないかと思ったんです。

それで、村井先生のところでまずベーシックを学んで、ベーシックが終わると先へ行かなきゃ気が済まなくなりまして、女子医大と揉めながら欠勤してアドバンストと年齢退行と前世療法の 2 つのプロコースと先へ進んだといういきさつです。

― ここで村井先生にお聞きしたいと思いますが、川嶋先生の第一印象はいかがでしたでしょうか？

やりたいことがあったら周りの評価を気にしないで、自分の信じるところをどんどん行く、ズケズケと物も言うし、そういうところが一貫していましたね。「川嶋先生は突貫小僧なんですよ」と何人もの方から聞きました。突貫小僧って思い立ったらダーって行っちゃう、そこが先生のいいところです。

川嶋先生が主演をされていた NHK の連ドラは戦国時代で貧しい少年が親を亡くして「俺はへこたれんぞー」と、成長して立派な人物になっていくストーリーでした。川嶋先生ご自身もいろんな外圧があっても全然気にしないで「へこたれんぞー」って、どんどん進んでいかれる姿はまさにその少年の人生を生きている感じですね。

私をセミナーに呼んでいただいた時もそうですが、疑問を感じたら自分の目で見て、身銭を切ってでもやるし、それをしないでは批判しない、評価しないと言う精神を持っていらっしゃる。これはすごいなと思います。ヒプノセラピーもそれだけの熱意で学ばれて、しっかりと身につけていかれました。

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

川嶋先生のヒプノを使ったセッションで悲嘆療法の事例もあります。10 年間ずっと鬱状態の女性が、わずか１時間の悲嘆療法のセッション１回で治られたという経験は本当に素晴らしいです。

― 川嶋先生ご自身は、村井先生の第一印象はいかがでしたでしょうか？

僕はヒプノセラピストってショーのイメージがあったのですが、村井先生は全然そういう感じじゃありませんでした。お話がソフトで全く奢っていらっしゃらなくて、すごく入りやすい印象でしたね。少しも怪しむことなく入っていった感じですね。

― 川嶋先生は現在もヒプノセラピーのセッションを自由診療でなさっていらっしゃるのですか？

僕は医者をやって 40 年になりますが、段々と病気や不調というのは、偶然ではなく必然ではないか、つまり原因があるだろうと思い至るようになったのです。

原因に自分が気づいて、そこを正すことができれば、その病気はそこで止まるか引っ込むかすると。人間はいつかは 100％死にますから、その時に満足して死んでいければいいのではないかと思うんです。満足できず死ぬっていうことは、気づいていないからじゃないかなと。

潜在意識の中に原因があるはずですから、それを探っていって是正できたら解決がつくはずですよね。僕は、ヒプノセラピーは究極の診療に近いと思ってやっています。

ヒプノセラピーは時間がかかる療法ですし、僕の場合は時間でお金がかかりますから、金銭的に余裕があるのかも配慮しながらしたり、最近は仲間に紹介したりする機会も増えています。

― 川嶋先生が提唱されている「QOD（Quality of Death クオリティ・オブ・デス）」についてお聞きしてもいいですか？

「QOL（Quality of Life クオリティ・オブ・ライフ）」というのはよく聞きますよね。「生活の質」ですが、QOD はちょっと違います。OECD 加盟国の 30 ヶ国くらいの中で、2015 年と 2019 年に「自分は健康ですか？」っていう調査が行われたんです。日本人で「はい」って手を挙げたのは全体の 3 割くらいで、加盟国の中で 2015 年は最下位。2019 年は下から 2 番目で、韓国の次だったんです。

手を挙げないということは健康じゃないということなのですが、では「健康にいいこと何かしていますか？」というとそうではないんです。2016 年の OECD 加盟国の調査で「バランスの良い食事とっていますか？」「充分に睡眠をとっていますか？」「適度に運動をしていますか？」ってしたら、日本は睡眠がワースト 3。食事と運動は最低だったんです。

日本人は病気のことは何も考えていないし、「病気になったら医者に行けばよい」と依存しているだけなのです。僕は腎臓が専門なのですが、実は透析になってしまう原疾患で最も多いのは糖尿病で、透析患者の 4 割強が糖尿病です。日本の場合には 95％が 2 型糖尿病といって「糖尿病」という名前はついていますが、自分で食事や運動をコントロールできれば、病気でも何でもないんです。

運動と食事でコントロールができないからどんどん悪くなっていって、目が見えなくなったり、足を切り落としたり、透析になったりするわけですね。結果的に医療費をどんどん使って、その医療費が 40 数兆円まで広がっちゃっています。

ところが、癌になると「なんとかしてくれ」って慌てて来るんですよ。「先生、何を食べればいいでしょう？」「どんな運動をしたらいいでしょう？」って急に言い出すんですね。なぜそうさせるかというと、癌が死を見せてしまうからなんです。

人は死ぬと思うとがんばれるものです。だとすれば、死ぬと思ったらどうだろうかって、そこから浮かんできたのが「QOD」という言葉なのです。

「どうやったら満足して死ねるのか？」ということを考えて、生きる期限を決めてやりたいことを全部やる。そのためには、自分が健康でなくてはいけないし、健康でなくてはいけないのなら、そのためには何をすればよいか。期限があれば、がんばれますよね。

自分が病気にならないためにとか、なった場合にはこうしようとか、死を見据えて自分で生活をして

いけば QOD も上がるし、予防にも意識が目覚めることにもつながります。

コロナウイルスだって「治療法がなくて死んじゃう」っていうと、皆がんばりますよね。死を見せるということは悪いことではないですし、死ぬ覚悟を持って欲しいという思いから QOD をどんどん提唱しています。

― QOL と統合医療とはどうつながるとお考えですか？

統合というのは「インテグレート」です。すべてのものを噛み砕いて積分します。

僕は統合医療とは、「個人の年齢や性別、性格、生活環境、さらに個人が人生をどう歩み、どう死んでいくかまで考え、西洋医学、補完・代替医療を問わず、あらゆる療法からその個人に合ったものを見つけ、提供する受診側主導医療」と定義しています。誰にでも対応できるように年齢や性別、生活のレベルやお金があるないなどの社会面からも考慮します。さらに、人生をどう生きていきたいのか、どう死にたいのかまで考慮した上で、最高の結末が得られるようにやっています。

手段は何でもいいんです。僕は通常医療でも非通常医療でもどっちでも構わないんです。西洋医学・補完・代替に拘わらず、その人に合ったものをその人が望むなりに提供して幸せになってもらう。当然 QOL も向上します。もっと言えば、死ぬ時の後悔を最小限にできるような医療、これが統合医療だと思っています。つまり、生老病死だけでなく、「死後も生前も含めたすべてを丸ごと診る医療」が統合医療だと思っています。

― 死後も生前も含めたすべてと言いますと、魂に寄り添うような感じでしょうか？

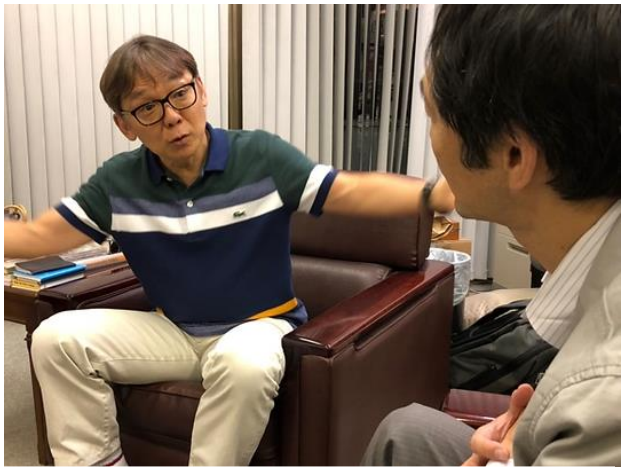
そういうものがあるとすれば、そこまで見るものだと思っています。僕は、魂はあると思った方が得だと思っていますし、ないと説明できないことはたくさんあります。

ある患者さんに話したことがあるんです。その方は透析が嫌で嫌でしょうがなくて、怪しげな人たちにかかって「薬なんか全部やめろ」と言われて、状態が悪くなって僕のところに来ました。奥さんとお嬢さんとお父さんと４人で来たんです。

そこで、「あなたの魂は、あなたはこの世でやることがなくなったから、そろそろ別の世界に行きなさいと言っているのかもしれません。だから、そうやって誘導してくれているのかもしれませんね」と言ったあとで、「ただ、あなたが魂の意思に反して、この世に留まりたいと願うのであれば、それも可能なんですけどね」と言いました。

皆さんで相談して、「助けてください」ということだったので、「わかりました」と、西洋医学でコントロールしました。ちゃんとした西洋医学でコントロールをすれば、本当になりかかっている透析の状態から少しは戻っていくんです。

「次に人工透析になるようになった時には、受けるようにしてくださいね」と、約束してもらって帰しました。魂は患者さんの説得にも使えるんです。上手に魂を使えばいいと思います。



自然医療クリニック時代の診療風景

― 統合医療の観点から、今の日本は世界と比較するとどうなのでしょうか？

世界的には日本は完全に後進国で、20 年遅れています。世界的にはアメリカで約 85％の医学校で補完代替医療の教育が入っていますし、ヨーロッパはもともとそのような医療が根付いているので、ベースにそういった教育機関もあります。中国は自国の医療を加味した中西医結合を推進しています。韓国も補完代替医療を教えるような大学もあります。

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

世界各国で教育システムが出来上がっていて、医療の中に取り入れています。世界中で「純粋に西洋医学だけを受けたかったら日本へ行け」と言われるくらい、日本は西洋医学だけになってしまっていますね。

日本は保険がある上に患者自身の強い依存心があるので、なかなかパターナリズムの領域を出ないのです。このままでは、医療費で財政破綻もあり得るのではないでしょうか。日本は世界一の高齢社会なのです。現時点では、日本とドイツとイタリアが三国同盟と言われて高齢者率が高いです。それが 2060 年くらいになると日本と韓国と台湾と言われていて、日本はいつもトップなのです。

今後はその人口構造が変わります。現在 50 歳以上の人口比率が 40%から 50%くらいですが、2060 年には 50 歳以上が 60%、65 歳以上が 40%になってしまうと予想されています。

皆、100 歳まで生きるんですね。50 歳までに死ぬのなら、今まで通りの「治す医療」で良かったんです。

ところが、50 歳を過ぎても生きるんです。病気を抱えながらも自分の QOL が高くて、気持ちもしっかり持てるような状況を作ってあげられる医療というのは、今の治す医療だけでは不十分なんですね。

例えば癌の場合、状態が悪くなったとしても抗癌剤で攻めるという考え方ではなくて、癌と共存しながら人生を全うできるようなもの、そのサポートができるような医療が必要になってくるのではないかと思っています。

未来に向けて、現在の日本の医療では不十分なのですが、無法地帯なので被害者が後を絶たないのが現状です。名指しはできませんが、「治療をやめてしまえ」と平気で言うドクターがいるんです。「やめろ」とか、「やれ」とかということは、本来は医者といえども他人には言えないはずです。

患者が「薬をやめたい」と言ってきたら、「薬をやめた場合はこのような欠点がありますよ、このような利点がありますよ」と説明するんです。「それをあなたとあなたの家族が受け入れているのであれば、やめることもありです」といった話に持っていかなければいけないし、自分の好き嫌いを押し付けてはいけないんです。

医療界と言うのはパターナリズムで上から目線で、「こうしろ、ああしろ」と言ってしまう人が多いんです。それを求めるなら、西洋医学じゃないとダメなのかもしれません。自由診療をやる場合はエビデンスに乏しく、西洋医学ほどの確率の高いものではないとわかった上でやりますから、保険ではなくすべて自己責任ということになります。

日本はまだ成熟していないんです。だから、補完代替医療を正しく実践している提供者は少なく、被害者を作ってしまい悪い印象を作ってしまう。非常に困ったことになっているのです。

例えば、気象病だとか天気痛だとか寒暖差疲労とか、色々言葉が出てきて、その外来をやっている先生たちは漢方薬とか使っているかもしれませんが、ほとんどが、ただ診断して終わりです。トレンドの言葉を使って患者を呼び寄せる人達も結構いて、依存心の強い日本人は医療者側からしたら天国みたいなものです。

こんな状況では医療費はいくらあっても足りません。日本の税収が今 60 兆円くらいですが、医療費だけで 45 兆円くらいで介護費や生活保護費や救急車の出動費などを合わせるとほぼ税収になってしまいます。

例えば、60 万円の給料があって、その全額を医療関係に使わなきゃいけないご家庭があったとします。でも、衣食住も必要ですし、食べていかないと死んじゃいますよね。どうしようって考えたら、「いいもの見つけた！」それは何かと言えば、子ども名義のクレジットカードです。

赤字国債を出すということは将来に対する借金ですから、我々は子ども名義のクレジットカードで生活しているようなものなのです。こんなことをやっていたら、この国は潰れます。ギリシャも潰れましたし、この間スリランカが潰れかかりました。同じようなことが日本にだって起こり得るのです。

プライマリーバランスを守るにはどうしたらいいのかというと、医療費というのは病気にならなければ出ませんから、誰一人病気にならなかったら 40 兆円が浮くんです。そうしたら赤字国債を返せるんですよ。今の状況で赤字国債をすべて返済しようとしたら、消費税を今の 10%から 200%にしてモノの値段を 3 倍にしないと返せないそうです。

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

そんなことはできないから、「努力してできることは何か？」と言ったら、病気にならないということなのです。

子どもたちのためにどんな日本にするのか考えていただきたいと思います。

― 統合医療の他の問題点はありますか？

「〇〇で癌が治った」とか言ったマニュアル本が色々出ていますが、それを使って治らなかった、親が死んだって、内科専門医の仲間の先生が誹謗中傷されたこともありました。

ホメオパシーというヨーロッパの伝統医療がありますが、山口県で事件がありました。助産師さんが、西洋医学が嫌いだからと、生まれたての子どもにビタミンＫが足りなくて補わないといけないところ、代わりにバッチのレメディを投与しました。その結果、赤ちゃんは脳出血で死んでしまい、訴えられたという事件です。

ホメオパシーって予防にもならないし、ビタミンＫの代わりにもならないんです。その助産師さんがビタミンＫを飲ませておけば、こんなことは絶対起きなかったんです。

10 年ほど前ですが、1 型糖尿病はインシュリンが全く出ないので、インシュリンを打たないと死んでしまう病気なのですが、1 型糖尿病の男の子がある祈祷師に「打たなくていい、ハンバーガーを食べろ」と言われたのです。結局、男の子は死んでしまい、その祈祷師は訴えられて殺人罪の判決も出ました。そんなようなことが普通に起こるのです。

僕のところで受診した癌患者さんが、「西洋医学が嫌だから」と、ある医者のもとへ受診しに行ったら「全部やめろ、病院にも行くな」と言われたそうです。その方は、ただ経過を見たかったので病院に行って、「こういう経過でした」と伝えたら、「お前、病院に行ったのか？じゃあ死ぬわ」って言われたんですね。ただ「死ぬわ」って、こういう危険な医者がいるんです。

自分の価値観を平気で押し付けるような医者や医療提供者が、横行してしまっているのです。何とかしないと日本は西洋医学だけの国になって、税金ばかりが増えていくような未来しか見えてこなくなってしまうのです。

日本は完全な無法地帯です。厚生労働省の方に本音を聞いたことがありますが、お役人さんというのは数ヶ月で異動します。何もないと出世するけれど、何かあるとクビになったり立場を追われたりしてキャリアが無駄になってしまうそうです。だから、お役人さんは何かあったら困るんです。

先ほどお話ししたホメオパシーの事件の時、当時の日本学術会議の会長が「ホメオパシーは荒唐無稽」と言い放ったのです。たった一本の論文で、普通あり得ないことなのです。一本の論文だけで 230 年の伝統医療を否定するなんてあってはいけませんから、公開討論を申し込みましたが、逃げられてしまい、最終的にはその方が亡くなられて、公開討論まで至らなかったことがありました。

学術会議は内閣府なのですが、厚労省の役人さんにその話をしたら「学術会議は内閣府ですので関係ありません」と言われ、「でも死亡者が出ているんですよ」と言ったら、「それはそうですけれども、学問の頂点にいる方のご意見ですから、重く受け止めています」って言われて、「重く受け止めてどうするんですか？」って訊いたら、「ですから、重く受け止めています」と、それしか言わないのです。動くと危ないからです。

認めると責任が国の方に生じてきてしまうから、刑事事件になろうが自分たちは関係ないってことなのです。だからずっと鍼灸とあんまマッサージ指圧を認めて以来、ほとんど新しい資格は何も認めないんです。

国際的にはカイロプラクティックが認められているにもかかわらず、日本では東京医大の先生が昔出したレポートをずっと信用していて、いまだに認めようとしないんです。今の日本の壁を突き崩すのは厳しいから、正攻法として教育じゃないかなと思ったんです。

― 川嶋先生から見て、ヒプノセラピーを含めたこれからの日本の医療・統合医療はどうなっていくと思われますか？

ちょっと希望の光が見えてきています。それは AI です。2017 年に東大の医科学研究所（医科研）に入

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

院していた白血病の女性が、治療の甲斐なく敗血症で死にかかったことがありました。その時に東大の医科研にあった「ワトソン」という IBM のスーパーコンピューターで診断し直したら、診断が違っていたんです。

AI の言う通りにやったら、その女性は歩いて帰ったんです、東京大学という日本の最高の頭脳を持った医者達の集団である医科研のドクター達が、AI に負けたということです。

理由は簡単です。AI は 10 分間で 2000 万件の論文を読破してしまったのです。我々は 2000 万件の論文は、一人では一生かかっても読めません。今の主流の医療は EBM（エビデンス・ベイスト・メディスン）ですね。根拠に基づく医療で、根拠はデータから拾いますから、完全に AI に負けます。

今後の医療は多分 AI で事足りるようになって、医者が失業する時代が来ます。高いエヴィデンスを必要とする医療は AI で十分なのです。そうでなく、自分の価値観や人生観や死生観を持っている人たちが、確率が高くなくても補完代替医療を選択しようとなった時に、AI では選ぶことができないのです。

AI が東京大学に合格できないのは、国語や英語で高得点が取れないからです。言葉の裏に隠されている意味を人間は読み取れますが、AI にはそれができません。

人間は価値観や死生観、生命観、人生観を持っています。シンギュラリティ（人工知能が人間の知能を超える時点や、それがもたらす世界の変化）が来て、AI がディープラーニングをして人の頭脳を超えてしまわない限りは、データに基づく医療が特に高齢者などにとって最適とは限らないのです。

インターネットが 25 年、30 年でガラッと変わっちゃったんですから、10 年くらいで医療も変わります。風邪は症状のボタンを押すと薬が出てくるようになることもあるかもしれません。実際に今の医者だって同じことをしているようなものです。

統合医療学講座では、補完代替医療の闇の部分も教えており、決して自分の価値観を押し付けないこと、患者が望むような人生、望むような死に方へ導いていくのが統合医療だと口を酸っぱくして言っています。

僕のところへ魔法を提供してくれると思って来る方が多いんですが、僕は魔法使いではありません、呪い師（まじないし）でもありません、「マジな医師」です！オヤジギャグです！

― 川嶋先生から今後のヒプノセラピーに対してのお考えや希望などお聞かせください。

僕は、ヒプノセラピーが統合医療の中で究極のひとつの方法だと思っています。統合医療は、人間を丸ごと見ていくもので、その人の人生観も、死生観も、価値観も、すべて絡めていくんですよね。自分で病気の原因や治療法を見出せていける方はいいのですが、そうじゃない方には潜在意識の中から探していくお手伝いが必要です。

病気には原因があるはずで、気づけばよいのですが、気づけなくても潜在意識の中にある可能性があって、それを一緒に探すお手伝いをするのがヒプノセラピーです。そういった意味では、すべての医者が身につければいいと思うくらい、僕はヒプノに期待しています。

講義風景

村井先生：川嶋先生が今までの集大成として、60 代半ばになられて、第一弾として統合医療講座を始められました。昔一緒に食事をしたりして、いろんなプランを話しました。例えば、悪徳な医者やセラピストをここは良くないとか、ここはいいことやっているとか評価をするようなものを作りたいとか。

実際に、怪しげな解脱セミナーで数百万円とか、前世療法 1 回で数十万円とか、法外な料金を取っている医師もいます。その医者の犠牲になった方がグ

ーグルレビューでどんな酷い目に遭ったかを書いていますが、医者であるというだけで信頼して犠牲になる方がいまだに後を絶たないのです。

日本人はおとなしいから、誰も何も言わないんですよね。アメリカなら訴えられて、裁判になって全財産持っていかれるようなことが起こりますが、日本人は誰も何も言いません。

昔私が信用していたアメリカのある催眠団体も問題が起こりました。そこの代表が、日本で私のかつての教え子と組んで、まずベーシックコースを教えて、その１か月後に同じメンバーにインストラクター講習を教える、さらにその１か月後に同じメンバーにマスターインストラクター講習を教えるということをやりました。インストラクターはセラピストを教える講師、マスターインストラクターとはインストラクターを教える講師のことです。

こんないい加減な倫理にもとることをやっていても、誰も何も言わないんです。私はその代表に抗議をしました。でも、何も返事がなかったので、今はそことは縁を切っています。本当にいいものを残したい、増やしたい気持ちがある一方、いい加減なものやインチキなものは淘汰していかなくてはいけないという思いです。

川嶋先生がちゃんとした統合医療を教えることは、第一弾として素晴らしいことだと思います。第二弾、第三弾もぜひ一緒にやりましょう。

QOD は本当に素晴らしい発想で、今後老人たちに対するケアや個々の幸せ、癒やしを作っていくアプローチがますます必要になってくると思っています。

私も今年の２月で 70 歳になり QOD を考える年になりました。死ぬまでに何をやるか、何をやってから死にたいかということを考えます。私の敬愛する九州大学名誉教授の井ノ口潔先生が去年 11 月に誕生日の前に亡くなられましたが、99 歳でした。

井ノ口先生のその姿を見せていただいたので、私もあと 20 年ちょっとはやりたいなと思っています。ヒプノを背負って立つ若い方達には、我々の思いを引き継いで欲しいし、進化していただきたいと思いますね。

川嶋先生には統合医療、ヒプノセラピーも含めて、いい方法論、いい治療法を世に知らしめていただきたいと思います。

川嶋先生：コロナが明ければ、新しい学会を作ることも考えています。ちゃんとした学術発表の場で。その時には、また先生方に、特に村井先生にはお助けいただかなくてはいけないので、よろしくお願いします。

― 川嶋先生、新しい診療所をおつくりになられるそうですが、そこでは今までと違ったこともやられるのでしょうか？

診療所はもう、実は４月から始めています。コロナ禍で物が入ってこないので、家具や物が揃わなくて、インフラができていない状態です。ようやくホームページを開けると思います。現時点では、３月まで診ていた患者さんたちを定期的に診ています。新しい患者さんはホームページを充実させていけば、診ていくようになると思います。

僕一人ではヒプノは回りませんので、皆さんに助けていただかないと困ります。

自由診療ですので、相談料が 30 分１万円ほどかかります。少なくとも「行って損した」と思わせたくありません。聖路加病院の自由診療は 30 分３万円、１時間５万円ですから、それに比べると安いです。

診療所は講座の実習場所でもありまして、廊下をはさんで、講義室と診療室のスペースがそれぞれあります。受講生は月火木金の週４日、午後６時半から９時 40 分まで１日２科目ずつ、８科目を前期と後期で２年間学びます。今の１年次の方は２年次の前期４月、５月、６月、７月にヒプノセラピーの講義がありますが、村井先生に講師を務めていただきます。

現在、受講生は合計９名います。医師が２名、歯科医師が２名、看護師が３名、薬剤師が１名、管理栄養士が１名、鍼灸師が１名です。現在、来年４月にスタートする２期生の募集が始まっています。出願資格は当面、医療資格を有するものに限定しています。

将来的には一般の方々にも門戸を開きたいと考えていますが、解剖学や生理学、病理学、病態生理学などを教える時間が、２年間の夜学ではどうしても取れないものですから…。

統合医療は、解剖学や生理学をないがしろにしては決してできません。少なくとも、西洋医学の基礎

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

を身につけているという意味で、医療資格を有する方限定になっています。

今後需要が高まって、国や医療界がそういうものを作るように、というようなことが起きれば、4 年制ないしは 6 年制にして一からスタートするようなことも考えられます。

― 最後に JBCH の会員の皆さんにメッセージをお願いしたいと思います。

皆さんは素晴らしい技術をお持ちです。

生まれた以上は、幸せに死んでいく人生でありたいと、誰もが思っているはずです。潜在意識にアクセスできるヒプノセラピーはその手助けになります。

人を幸せにしてあげられる術であるヒプノセラピーを身につけた皆さんが、この日本、そして世界、地球を良くしていくことを期待しています。よろしくお願いします。本日はありがとうございました。

― 川嶋先生、ありがとうございました。

ヒプノセラピストとして誇りを持てるような素晴らしいメッセージ、そして貴重なたくさんのお話を聞かせていただきまして、心から感謝申し上げます。

JBCH 入会＆会員資格について

一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）は、2021 年 3 月現在、延べ会員数 1,000 名以上の会員を有する国内最大級のヒプノセラピストのための団体です。

一般社団法人日本臨床に入会するには、以下の方法があります。

1）これからヒプノセラピーを学ばれる方
JBCH 認定スクールで JBCH 認定講座を受講することでメンバーになれます。

2）過去にヒプノセラピーを学ばれた方
JBCH 認定スクールでベーシックコース以上の再受講が必要となります。

3）当協会の活動に賛同いただける方
企業・団体・個人を問わず、賛助会員としてご登録いただけます（詳細はお問合せください）。

会員には、JBCH 認定スクールで受講し認定証を授与された「ヒプノセラピスト会員」と、セラピストの養成やヒプノセラピーの講座を教えることができる「インストラクター会員」があり、会員にはそれぞれ会員カードが発行されます。
入会金は5,000円(税別)で、年会費はヒプノセラピスト会員・インストラクター会員ともに8,800円(税込)です。(注：インストラクター会員はヒプノセラピストとして会費を支払えばインストラクターとしての会費は不要です。)

詳細は JBCH のホームページでご確認ください。
https://www.jbc-hypno.org/requirements

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

【JBCH インストラクターインタビュー】第2回 村井（むらい） 真寿美（ますみ） 先生

「ヒプノセラピー」という言葉に出会ってから、導かれるようにヒプノセラピスト・インストラクターの道へ。
初めて受けた前世療法で、今世の目的として降りてきた言葉は「光を広げる」こと。真寿美先生のこれまでの経験や、セラピスト・インストラクターとしての思いとは。

全国で活躍されている JBCH 認定ヒプノセラピーインストラクターの方を連載でご紹介いたします。
第２回のゲストは、福岡県福岡市で活動されている「ヒプノセラピー・トリニティ福岡」の村井真寿美先生をお迎えしました。

（編集担当：綿引千恵）

＜村井真寿美先生プロフィール＞

ヒプノセラピー・トリニティ福岡 セラピスト・講師
●公認心理師（2021 年 3 月取得）
●JBCH（日本臨床ヒプノセラピスト協会）
　認定ベーシック・インストラクター
　認定アドバンスト・インストラクター
●NGH（米国催眠士協会）
　認定ヒプノセラピスト
　認定インストラクター
●日本催眠学会 学会員

― まずは、簡単なプロフィールと現在の主な活動について教えていただけますか？

2011 年に福岡にて「ヒプノセラピー・トリニティ福岡」サロンを開業し、個人セッション、ヒプノセラピー講座（JBCH 認定ヒプノセラピー・ベーシックコースおよびアドバンストコース）を行ってまいりました。最近はリモートでセラピーなどを行うことも多いようですが、当サロンでは、日常生活から離れた空間でセッション後の余韻を大切にしていただきたいという思いから、基本的に対面で行っております。

トリニティ福岡を開設した頃のサロンの様子

2009 年に村井啓一先生とのご縁をいただき、2010 年より JHA にてマスターコース（現アドバンストコース）、各プロフェッショナルコースを修了し、その後、更に学びを深めるために 2016 年よりインストラクターコースを受講、2021 年には公認心理師資格を取得し、現在に至ります。

サロン名にある「トリニティ」は三位一体という意味です。サロンにお越しいただいた皆様が、心・魂・体の三つの調和をとりながら理想の未来へと進んで欲しいとの思いを込めました。また、好きな映画の一つ『マトリックス』で、主人公を支える女性の名前、トリニティからもインスピレーションを得ました。彼女は「目的に向かって挑戦することを諦めない愛情深い女性」として描かれていて、私がヒプノセラピストとして目指したいイメージでもあります。

― ヒプノセラピーとの出会いについてお聞かせください。

書店で偶然手にした雑誌で「ヒプノセラピー」という言葉を初めて目にしました。その雑誌は、目のストレッチ運動と潜在意識に働きかける「イメージ法」を組み合わせた視力向上法について書かれていました。著者は潜在意識や心理について学ぶために渡米された方で、プロフィールの中に複数の肩書があったのですが、そのうちの一つが「ヒプノセラピ

スト」でした。初めて知った言葉だったので、何となく気になりインターネット検索をする中で、村井先生が福岡で開講されるコースの受講者募集がたまたま目に留まり、興味本位で申し込みました。

2 日間のコースで先生のお人柄に惹かれ、翌日から別のコースが開講されるのを知ってお礼の気持ちを伝えたく、お土産を持参してお昼休みの頃を見計らって会場の外でご挨拶をしました。

すると先生が、「午後から時間があるなら、前世療法コースの見学をしていきませんか？」と誘ってくださいました。

他の参加者の皆さんも快く迎えてくださり、初めて見るスクリプトをひたすら棒読みしながら前世誘導をさせていただきました。今改めて考えてもありえない事ですが、私の初めてのヒプノセラピー体験は、クライアントとしてではなく、セラピストとしての体験でした。

― ヒプノセラピーを学ばれたきっかけはどういうものでしたか？

前述したとおり、セラピストになりたいという気持ちからではなく、ほんの興味本位で受講したベーシックコースでしたので、そのときはそのまま先に進むこともありませんでした。

それから 1 年ほど経った頃、特にきっかけがあった訳でもないのですが、ヒプノセラピーを真剣に学んでみたいという気持ちがふと沸き起こり、そこから一気にアドバンストコースと各プロフェッショナルコースを受講しました。

当時リモート受講というものはありませんでしたので、まとまった休みをとり、東京でウィークリーマンションを借りて講座に臨みました。その頃の日本ホリスティックアカデミー(JHA)の講座は広尾にある 3 階建てのテラスハウスで開講されていました。まるで村井先生のお宅に遊びに行くような和やかでリラックスした雰囲気の中で集中して学べたことは、今の自分の大切な基礎であると同時に楽しい思い出でもあります。

当初は何の意気込みもなく、偶然にヒプノセラピーのことを知り、偶然に村井先生と出会い、偶然にセラピストの体験ができたことは全て、私がセラピストの道へと進むための必然だったのだと思います。

村井啓一先生がご尽力くださった
ワイス博士の来日ワークショップにて

― 講座中に印象的だったことはありましたか？

年齢退行プロコースの受講中に、幸運にも村井先生にデモセッションをしていただく機会がありました。トラウマと呼ぶほどの強い感情を抱えてはいませんでしたが、テーマは母との関係についてでした。その頃は母と話をするたびに最後は口喧嘩のようになってしまい、お互いに気まずく会話が終わることがほとんどでした。セッション中、ポロポロと涙が溢れてきたのを覚えています。講座を終えて日常に戻った後、意識的に何かを変えた訳でも、母にセッションの内容を伝えた訳でもありませんでしたが、母との関係は穏やかなものへと劇的に変化しました。

講座の中で受講生同士がセラピストとクライアントになって数多くの練習を重ねますが、日が経つにつれ、受講生の皆さんに変化が起こるのがわかりました。幼少時から握りしめてしまっていたマイナスの感情や、理想の自分に進むために不要なものを手放すお手伝いをお互いにしているという実感がありました。その場に集まったメンバーにも意味があり、私がその中でデモセッションを受けたことにも意味があって、全てが必然として起こっているのだと感じました。

ヒプノセラピストとクライアント、両方の体験を得て、ヒプノセラピーを通して本来の愛情あふれる関係改善への有効性や、穏やかで活き活きとした理想の自分に気づき、変化することの即効性を体感できました。

― ヒプノセラピーを学び、ヒプノセラピストとして活動されるようになって、ご自身の中で変化したこ

となどはありましたか？

この約 10 年間で、多くのクライアント様ご自身の、そして前世も含めると本当にたくさんの人生の喜怒哀楽をセラピストとして一緒に追体験させていただきました。たった一つの自分の人生を生きながら、こんなにもたくさんの経験、感情を体感できるヒプノセラピストとしてのお仕事は、クライアント様や先生、関わってくださる皆様のお力をお借りしながら、この人生で自分が設定してきた目的を果たしつつ、人生が豊かになっている感謝を日々感じています。

― インストラクターを志した理由を教えていただけますか？

インストラクターは、志したというよりも、一人のクライアント様が「ぜひヒプノセラピーを学びたいので教えてください」と言ってくださったのがきっかけです。

その方に「インストラクター講座を受講してくるので、待っていてください！」とお願いし、すぐにインストラクターコースの申込みをしました。お陰様で、共に学びながら成長しつつ、楽しくお仕事をさせていただけていると感謝しています。

たくさんの学びを得た
アドバンスト・インストラクターコース修了

― ヒプノセラピストとして、あるいはインストラクターとして、大切にされていることは何ですか？

村井先生から教えていただいた「寄り添う」ことと、「何も足さない、何も引かない」の言葉を大切にしています。最初の頃は、「セラピーの効果はどの程度あったのだろう？」とクライアント様のその後が気になってしまうときもありました。ですが、後日感想やお礼の言葉を送ってくださったり、効果を感じて再度セッションを受けに来てくださったりする経験を重ねるうちに、目の前のクライアント様の中に既にある、輝く大切な答えを信じて、ただただ寄り添えばよいのだと確信でき、不要な戸惑いは消えていきました。

また、セラピスト自身の価値観や物差しを使って答えを見つけようとしてしまうと、当然ながらクライアント様には違和感が残り、その方を照らす輝く大切な答えにたどり着けなくなってしまうので、セッションの間はできるだけ「透明な自分」という感覚も大切にしています。

答えは既にその方の中に存在していて、セラピストはその大切な答えに気づくお手伝いをさせていただくだけですから。

― ヒプノセラピストになる前は他のお仕事もされていたと思いますが、これまでのご経験を振り返って、いかがですか？

外資系航空会社で忙しく
頑張っていた頃

大学卒業後は、子どもの頃から興味を持っていた英語を使った仕事がしたかったので、外資系の航空会社に就職しました。職場の人間関係にも恵まれて、やり甲斐のある仕事も任され、休日は格安で海外旅行を楽しむ日々を送っていました。ですが、10 年ほど経った頃には毎日同じルーティンの繰り返しに物足りなさを感じ始めました。一度リフレッシュして新たに違うことに挑戦したくなり、不動産に関わる仕事を経験したいと思い、猛勉強をして宅建の資格を取得して営業職に就きました。大きなお金が動く世界で、日々のストレスも大きく、次第に自分らしさを失っていっているようにも感じていました。毎月のノルマや人間関係などのせいか、身体に悪影響が及ぶようになってしまいました。

不動産会社を退職後は、外国人の ALT（Assistant

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

【インストラクターインタビュー】

Language Teacher：外国語指導助手）を学校に派遣する仕事に携わり、多国籍の英語ネイティブたちとデスクを並べて仕事をしてみたいという夢も叶いました。

心身共に疲弊しながら仕事を頑張り、「何故こんなに辛い思いをしなければいけないのだろう？」と苦しい思いをしたことも、ヒプノセラピストになった今では、クライアント様に寄り添うための必要不可欠なステップで、大切な宝物だと実感しています。さまざまな経験が、ヒプノセラピストとしての深みに繋がっていくのだと思います。

― ヒプノセラピストとして、あるいはインストラクターとして、大切にされていることは何ですか？

私にとっては何より、村井啓一先生の存在です。大きな心で導いてくださる優しさと、間違っているときには、はっきりと間違いを示してくださる優しさを携えて、常に進歩し続けることでずっと先を進み続けてくださっている姿は、本当に心強いです。

また、会員の方が参加できる勉強会や練習会が定期的に開催されていますので、全ての講座を修了してしまった後も、自分のペースで学び続けることができるのは幸せなことですね。

JHA 主催のワイス博士来日ワークショップにて
（左：2015 年、右：2018 年）

― 今後の夢や展望をお聞かせください。

あるとき、短期間に何回もお越しくださったクライアント様が帰り際に笑顔で「私、悩みが無くなってしまいましたね。しばらくサロンに来なくなると思うと寂しいです。何年か経ってまた悩んだときは来ますから、ヒプノセラピストを辞めないでくださいね」と冗談半分で言ってくださいました。

私はそのときに「ここに居ますので、またピンときたときはいつでも来てください」とお答えしました。これはサロンに来てくださる方の中にある「光」を大きくする存在であり続けたいという思いから発した言葉でした。

というのも、ヒプノセラピーと出会って最初の前

現在のトリニティ福岡のセラピールーム

世療法を受けた際に、今世の目的として降りてきた言葉は「光を広げる」でした。受け取ったこのメッセージの「光」は誰の中にもあり、幸福感に満ちた希望や理想に到達する充実感、愛し愛される喜びに導いてくれるガイドのようなものだと解釈しています。

全ての人の中にちゃんとあるのに、ときには気付かないほど小さく灯っているのかもしれません。一人ひとりがこの「光」を大きく輝かせることができれば、それが周りの大切な人たちを照らし、そこに触れた人たちが自分の中の「光」の存在に気づき、大きく輝かせていくきっかけになると信じています。

私自身の「光」を大きくすることで、人として、セラピストとして、成長していきたいと願っています。そして、全ての人の中にある「光」を信じるヒプノセラピストとして「ここに居る」ことで、その使命のような目的が果たせたら幸せだなと思っています。

― JBCH 会員へメッセージをお願いします。

村井先生をはじめ、JBCH スタッフの皆様が心を尽くしてサポートしてくださる環境がある中、安心を感じながらヒプノセラピストとして一緒に歩んでいけることに感謝しています。楽しく、活き活きと喜びを体感して輝く人生を全うしていきましょう！！

― 村井 真寿美先生、ありがとうございました！

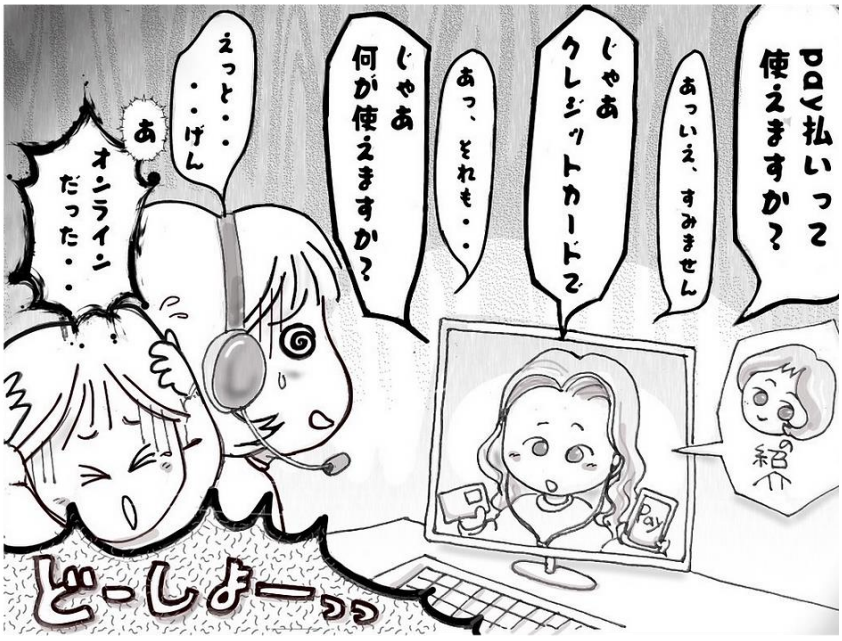
『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

ヒプノセラピー困ったときの相談室

この相談室では、新米ヒプノセラピストのひーちゃんが日々クライアントさんに向き合い、催眠療法を行っていく中で遭遇する様々な問題や困りごとに対して、先輩ヒプノセラピストの編集委員Aが懇切丁寧にお答えしていきます。
（編集担当：辻口真紀）

【ひーちゃんプロフィール】
ヒプノセラピーを学び始めてようやく１年。
ベーシックコース、アドバンストコースを学び終えた後、前世療法プロ、年齢退行療法プロ、悲嘆療法プロの必須３プロコースを修了し、現在モニターさん募集中。

【今回の困った】
「モニターさんから現金で受け取っているセッション料金。キャッシュレス化の時代！決済方法はどうしたらいいの？」



ひーちゃん：
モニターさんも20名くらいになって、以前紹介で受けられた方の紹介で来られたクライアントさんやブログからの申込みも増えてきました。今後はオンラインセッションも始める予定でいます。今はセッション料金を当日現金でいただいていますが、決済方法はどうしたら良いでしょうか？

先輩A：
セッション代金の決済方法は様々です。決済をスムーズにすることはより良いセッションのためにも重要な要素のひとつでもあります。
モニターさんを始めたばかりの頃は、お知り合いやご紹介のクライアントさんから当日、料金を現金で受け取ることも多いでしょう。
現金での受け取りは、授受のタイミングが気になったり、領収証の発行など時間も手間もかかりますし、オンラインセッションの場合はなおさら難しいです。
事前に決済することは、クランアントさんにとってもセラピストにとっても心理的負担を減らせるだけでなく、無断キャンセルや代金未回収の防止にもなります。

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

【相談室】

主な事前決済の方法として
⑴銀行振込み
⑵クレジットカード（オンライン決済）
が、あります。

銀行振込のメリットは「すぐに現金化できる」「振込手数料をクライアントさんに負担していただきやすい」、デメリットは「入金確認がめんどう」「手数料がかかるため離脱率が高くなる」などがあります。

オンライン決済のメリットは「入金確認が簡単」「申込時の離脱率の軽減」「売上管理がしやすい」、デメリットとしては「手数料が発生する」「すぐに現金化できない」などがあります。

クライアントさんの中にはクレジットカードを持たない人やオンライン決済に抵抗がある人など銀行振込みを好む方もいれば、銀行振込みが面倒だったり、振込み手数料に抵抗を感じる人やクレジットカードのポイントを貯めたい人などオンライン決済を好む方もいます。

決済方法がひとつしかないと、やっぱりやめておこうかなとお申し込みの途中で離脱してしまうケースもありますので、決済方法は一つだけでなく、いくつかの選択肢があると良いでしょう。
お申込みフォームにお支払い方法を選択する項目を設けて、クライアントさんに申込み時にお支払い方法を選んでもらいます。
お申込みフォームが届いたら、銀行振込みをご希望の場合は入金口座を添付し、オンライン決済をお希望の場合はお支払いリンクを確認メールに貼り付けて送信します。

オンライン決済代行サービスの主なものを3つご紹介します。どれも使いやすく、導入費用や月額使用料は無料です。導入はアカウントを作成するだけで簡単に始められます。

①「PayPal」　https://www.paypal.com/jp/business
世界シェア No.1。セキュリティが高いと評判。ただし、決済する際にサイトページが移動してしまう。

②「Stripe」　https://stripe.com/jp
シンプルで使いやすい。対応クレジットカードが多い。

③「Square」　https://squareup.com/jp/ja
手数料が安い。有料端末を導入するとQRコード決済、交通系 IC 決済も可能になる。

また、外資系のオンライン決済代行システムは、「突然アカウントを停止された」「アカウントが凍結された」「資金が没収された」などの理由なき停止、凍結との投稿がウェブ上で見られます。

私自身は Stripe と PayPal を利用していますが、そういったことは1度もありませんが、Square で、一方的に一切理由も知らされずに唐突にアカウントを削除された事例も知っています。

AI のアルゴリズムの検証であったり、規約違反であったりと憶測はありますが、外資系のオンライン決済代行会社からの説明は一切なされませんので、実際の理由は不明です。

この記事は特定の決済システムを推奨するものではありません。決済代行会社を使う場合は、少なくとも事前に問い合わせを行い、どのような事業を行っているのか、どの程度の金額の決済があるのかなどの情報を伝えて、決済代行会社の了解を得たうえでアカウントを作成されることをお勧めします。

内容は変更されていることもあります。詳しくは各サイトでご確認ください。

	導入費用・使用料	手数料	出金手数料	対応支払い
PayPal	無料	3.6%+40円 月額30万以上は3.4%+40円	5万円以上なし 5万円未満250円	クレジットカード、 銀行決済
Stripe	無料	3.60%	なし	クレジットカード、 ウォレット
Square	無料	3.25%　JCBのみ3.95%	なし	クレジットカード

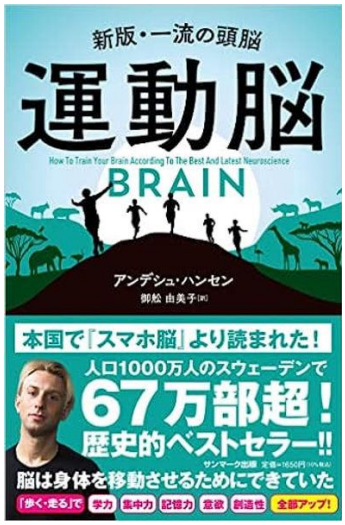
注意：上記は日本国内取引の場合、海外の場合はそれぞれのサイトをご確認ください。

オススメ書籍・メディア

こちらのページでは、ヒプノセラピー各講座の学びとあわせてお勧めしたい書籍・メディア等についてご紹介しています。お勧めの作品は多数ありますが、その中から、ヒプノセラピーの活動に役立つ内容のものを取りあげました。ネタバレにはなりますが、さまざまな情報にご興味を持っていただき、学びを深めるきっかけにしていただければ嬉しいです。（編集担当：松本一義）

『運動脳』

（アンデシュ・ハンセン著／御松由美子訳）



「身体を動かすほど、脳に影響をおよぼすものはない」「運動で脳は物理的に変えられる」と語る筆者が、研究論文や自身の診療経験、そして脳科学の観点から、運動が認知機能に作用することを紹介した一冊です。

世界的ベストセラー『スマホ脳』で知られる著者のアンデシュ・ハンセン（Anders Hansen）はスウェーデンの精神科医で、同書も本国で人口の6％にあたる 60 万人以上の人々に読まれたベストセラーとなり、日本語版は 2022 年 8 月に発刊されました。

ハンセンによると、運動をすると気分が爽快になるだけでなく、集中力や記憶力、創造性、ストレスに対する抵抗力も高まるということです。そして心の状態と幸福感への影響をおよぼし、不安障害やうつ病のリスクを減らすだけでなく、それらを治療する手段として抗うつ剤やセラピーに匹敵する効果があるとしています。

本書の特徴は、診療経験による運動の効果を紹介していることよりも、研究論文や実験結果で立証された科学的な根拠を中心に構成されているところです。

例えば『脳から「ストレス」を取り払う』では、筋肉を増強したマウスをストレス環境に入れても異常が見られなかった実験結果や、3000 人を超える被験者の中で週に 2 回以上運動をしているグループはストレスや不安とはほぼ無縁だったことなどが紹介されています。

『うつ・モチベーションの科学』では、うつ病患者の中で抗うつ薬を服用して回復した人と運動をして回復した人の数が変わらなかった実験結果が紹介されています。

『「記憶力」を極限まで高める』では、海馬は1年で約1％が縮むと言われていますが、持久力系の運動（週 3 回 40 分間速足で歩く）をしたグループでは海馬が成長して1年で2％ほど大きくなったとしています。

これら本書で紹介されている研究論文のインデックスは、ホームページからダウンロードして実際の論文を探ることもできます。

もうひとつ、本書では脳の仕組みや脳内物質の役割とその影響が各所で分かりやすく解説されているのも特徴です。ストレスが発生する脳内メカニズムと海馬や扁桃体などの状態、集中力を発揮する脳内物質とその発生メカニズム、意欲減衰を防ぐ脳内物質「BDNF」の特徴と分泌される仕組み、海馬での新しい脳神経発生の仕組みや死の直前でも新しい神経が発生していた事実などです。脳の構造や脳神経、脳内物質、脳内ネットワークについて知る上でも参考になります。

脳科学や研究論文をもとに、運動が脳にもたらす影響と効果について訴えている本書ですが、ヒプノセラピーと脳科学の関係性といった観点で読むと、記憶にまつわる知識がひろがりセッションにも役立つ参考図書となりえる一冊です。

＜編集担当より本書を読んでの感想＞

本書は、ヒプノセラピストとしても参考になる「脳と記憶のしくみ」についてが学べる、最近出版された書籍です。

ヒプノセラピーは主に「記憶」を扱う療法です。過去の辛い記憶を癒すことでトラウマを解消する、暗示やイメージワークで新たな肯定的な記憶を植え込む、直したい習慣や癖の記憶を取り去るなど、過去の記憶を変化させたり、新たな記憶をインプットすることで、癒されたり前向きになります。前世療法もはるか昔の前世の記憶を扱っていると言えるかもしれません。

記憶は人間の脳で作られ、その記憶のつながりが認知や理解を生みます。ヒプノセラピストにとって脳について知り、記憶の仕組みを理解することは、よりクオリティが高いセッションにつながるでしょう。

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

【オススメ書籍・メディア】

― 脳と記憶の最新研究機関 ―

JBCH の講座で学ぶ「脳科学と催眠療法」の内容は、日々研究が進む脳科学分野の状況をふまえ、最新の情報を取り込みながら進化しています。その情報源として注目している中に、日本の研究機関である理研 CBS と富山大学大学院医学部生化学講座があります。

『理研 CBS』

理研 CBS（理化学研究所　脳神経科学研究センター）は、日本で唯一の自然科学の総合研究所である理研（国立研究開発法人理化学研究所）の研究室のひとつで、日本の脳科学の中核拠点として、研究を通じて脳と心のはたらきの基礎研究を進め、脳機能ネットワークの全容解明や精神神経疾患の克服を目指している組織です。

研究成果はほぼ毎月のように発表されていて、その中にヒプノセラピーに有用な脳科学の情報が多く存在します。
JBCH でも参考にしているのが記憶と脳の関係にまつわる研究結果です。

例えば、ベーシックコースの＜記憶と脳＞のページでは記憶の時間別分類を「感覚記憶→短期記憶→（繰り返し想起）→長期記憶」と変化すること説明していますが、理研 CBS ではこれに関連して、海馬から大脳皮質への記憶の転送の仕組みなどが紹介されています。

・「海馬から大脳皮質への記憶の転送の新しい仕組みの発見」（2017 年 4 月）
https://www.riken.jp/press/2017/20170407_1/

記憶の仕組みについて、より深く理解したい方にはおすすめの Web サイトです。

また最近では、赤ちゃんの泣きに困る養育者のストレスの軽減や、虐待防止につながると期待される研究結果として、「赤ちゃんが泣いているとき、母親が抱っこして 5 分間連続で歩くと、泣きやむだけでなく、約半数の赤ちゃんが寝付くことを発見」といったユニークな発表も見受けられます。

理研 CBS ホームページ：https://cbs.riken.jp/jp/

『富山大学大学院　医学部　生化学講座』

富山大学大学院　医学部　生化学講座は、記憶に関連する脳科学研究の第一人者の井ノ口馨　富山大学　卓越教授が率いています。井ノ口馨　卓越教授の研究の成果は、NHK の脳科学に関する番組でも度々取り上げられているほか、JBCH のテキストや参考資料としても活用しています。

同講座のホームページでは、発表論文やそのプレスリリースが掲載されているほか、「研究内容」のコーナー内で記憶のメカニズムに関連するわかりやすい説明がされていると同時に、より詳しい資料を PDF で入手することもできます。

富山大学大学院　医学部　生化学講座　ホームページ：
http://www.med.u-toyama.ac.jp/bmb/index-j.html

前世療法・実体験漫画　『前世療法のその後…第1回（全3回）』

JBCH 会員ヒプノセラピストが実際にセッションを行ったその前世療法を、連載漫画にしてご紹介していきます。漫画は同じく JBCH 会員で、10 代の時に漫画家を目指されて、現在はヒプノセラピストとして研鑽中の『らいち・ゆり』さんに制作していただきました。これから毎号で連載していきますので、どうぞお楽しみに。（編集担当：奥田真紀）

【前世療法・実体験漫画】

クライアントのK子さん自身の前世イケメン新聞記者の「チャールズ」
と恋人の「サリー」二人は仕事の都合で長期出張に出かけるところのようです
――…二人の物語が始まる前に現実のK子さんについて少しお話ししておきましょう
何故K子さんがそもそもはじめて前世療法を受けようと思ったのか……といいますと
それは K子さんがとある恐怖症に苛まれて居たからでした
"それ"が起こるとK子さんは尋常ではないほど恐怖に陥り……
生活に支障が出てしまう程でした
K子さんがいつも怯えていたもの…
それは…
前世療法のその後…②

『News Hypno』は一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）が発行する協会会員向けの会報誌です。

【前世療法・実体験漫画】

タイタニック号出港の地!!
1912年はタイタニック号沈没事故が起こった年です
そうK子さんの見た前世……
この二人はこれからタイタニック号に乗船するところだったのです
そしてこの時二人はまだ波乱に巻き込まれることを知りませんでした——!
前世療法のその後…④
タイタニック編
次号へ続く…

一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）

※当誌のすべてのコンテンツの無断転載・無断使用はご遠慮ください。

『News Hypno』第２号 2022 年 11 月発行

発行者　：村井 啓一
編集長　：綿引 千恵
副編集長：辻口 真紀
編集委員：伊藤 若菜 / 奥田 真紀 / 小倉 明日香 / 神田 早苗 / 三品 あおい（※50 音順）
編集顧問：松本 一義
発行所　：一般社団法人日本臨床ヒプノセラピスト協会（JBCH）
〒141-0022　東京都品川区東五反田 2-7-14　五反田栗の木ビル 3F
https://www.jbc-hypno.org/