



La Vida.
新米セラピスト
奮闘記



～40代からの挑戦～

著：0014

皆さん、はじめまして。新米セラピストの「0014」こと、おおいとしひろと申します。現在、法律事務所に勤務するかたわら、ホームページの制作・管理・運営を行っています。ただ将来、「元気をサポートする仕事」を何か始めたいと考え、去年は台湾式リフレクソロジストの資格、今年は、リンパフェイシャルの資格を取得しました。

ところで、私は40歳はとっくにすぎ、今年、44歳。今更、新しいことを始めるには遅いのではと思う人もいるような年齢です。

先日も、とある鍼灸系の学校の学校説明会に出向いていき、個別質問のコーナーで、自分の計画を話したところ、鼻で笑われました（笑）

「失礼ですが、その年齢で卒業後にどこかで経験を積んでというのは、難しいですよ。むしろ、卒業してすぐに独立開業したほうが現実的です。」

たしかに、自分の考えは非現実的だったのかもしれないですね。

3年間勉強をして、国家資格を取得するのが48歳。2年から3年間経験を積みながら資金を貯めて独立開業。これが50歳ぐらい。最初の数年はお客さんも集まらず、苦勞をするも、50代なかごろから、軌道にのっていきだろろう.....

自分の思い描く青写真は、大幅に軌道修正が必要だと思い知りました（汗）

ただ、今は、学校を選ぶ段階。

もしかしたら、学校に行くかどうかを考えるのも選択としてあるのかも。

「元気をサポートする仕事」をするなら、国家資格を取得しなくても、今もっている資格でスタートするのも一つの選択。

むしろ、リフレクソロジーとリンパフェイシャルの知識を深め、経験を積み上げていくほうがいいのでは？

そんなことを、考えている今日この頃。

でも、まだ、少しだけ、時間があるので、今は、じっくり考えたいと思いますが、少なくとも、50代に突入する頃には、「元気をサポートする」セラピストになりたいと思うんですね。

ということで、この本は、自分の成長？を書き記すエッセイ。

できあがり楽しみ（汗）

お時間がある方は、是非、私の奮闘記におつきあいくださいね。

平成24年5月23日

0014

学校を卒業した後、独立・開業を目標にしています。

そのためには、資金が必要なのは当たり前ですが、学校の授業料を捻出してしまうと、開業資金にまわすお金は、今から貯める必要がと、最近、感じる自分。

学校が始まると勉強が忙しくなるので、無理はできない。ならば、学校が始まる前に少し、貯めておくと、卒業後に、ほんの少し、余裕が持てくるかな。

そんなことを考えて、現在、深夜のアルバイトを探してます。

履歴書を書くのは、20年近くぶり。

久しぶりに書く履歴書は結構、大変。

1枚目は学歴を記入ミス。2枚目は資格の欄。3枚目は志望動機を別の欄に記入し....

そんなこんなで、7枚目、履歴書を作成してやっと完成。

書きなれない履歴書を、最初から最後までいっきに記入していると、途中で緊張の糸が途切れ、フッと気が緩んだ瞬間に、書き損じ。

このときのショックときたら。特に、最後の最後で書き間違えたときは、一気に、やる気を失います。

これでは、いつまでたっても、履歴書が完成しないと反省。

そこで、一気に履歴書を完成させる方法はやめて、一旦、職歴まで記入したら、休憩。そして、しばらく時間をおいて、資格や趣味・運動、志望動機を記入することにしたら、1回で終了。

さて、やっと、アルバイトを探すためのスタートラインに経ちました。希望するアルバイト先は西新宿。学校と家の間ぐらいにあるファミレス。

深夜だから、起きているのは大変だけど、お客さんの数は少ないと思われるので、深夜のファミレスに決まるとうれしい。こんなにたくさん、履歴書を書き直しているんだから.....

何事も、目的を達成するためには、多少の犠牲はつき物なのかもしれません。その犠牲をはらってでもやりたい人が、次のステージに進めると思います。

自分の場合は、睡眠をずらして、仕事をする。若いときなら犠牲という言葉は使わなかったと思うけど、40歳を過ぎると、十分な睡眠をとらないと、次の日にこたえる。

でも、今は、がんばる時期。

ここでがんばれるか・がんばれないかで、将来が変わってくるはず。
だから、がんばることで、良い方向に変わることを願いたい。

まだ、学校へ入れるか決まってないのに、気持ちは4年後。

国家資格を取得したら、どこかで雇ってもらって、仕事を覚えて、独立って考えてたけど、年齢的に、いろんな意味で難しいと言われ、プランが狂う。

まあ、早い段階で、もう一度、プランを練り直す機会ができたので良かったと思うようにしています。

っていうか、まだ、今は、妄想の段階だし（笑）

そんな時、相方が、国家資格をとったら、手伝いたいって言ってくれた。相方はそのために医療事務の勉強をするっていうことだが。英会話もできるから、自分一人で開業するよりも、面白いことができそう！

基本的には「元気をサポートする」をコンセプトに、仕事をしたいんだけど、そのための方法や対象に広がりが出てくる。例えば、外国人観光客に日本文化を体験してもらう趣向を取り入れるとか。外国人向けのホームページを開設して見たり...

一人で考えると、自分がこれまで経験したことからしかアイデアは膨らまないけど、誰かと一緒に考えれば、可能性は2倍以上に広がる。

まだ、入学試験すら受けてないのに、妄想だけは広がり続ける。

目標が国家資格取得で終わらないために。

その先にある、みんながハッピーになれるアイデアのために！

経験者に話を聞いたり、学校の体験で、いろいろ見聞きしたりすると、迷ってしまう。

自分は、鍼灸・あん摩・マッサージを勉強したいと思っていたが、同じ3年間の中で、勉強する場合、鍼灸クラスの方があん摩・マッサージクラスより、鍼灸を深く勉強できる。

ましてや、鍼を扱ったことが無い自分は、あん摩・マッサージまで、手を広げるよりも、鍼灸の勉強に時間を割く方が大切なのではないかと考えた。

迷っている。かなり、迷っている。

卒業して、国家資格を取得した後のことまで考える必要がある。

多くの人の「元気をサポートする」ために、どんな方法がいいのか...

そもそも、なんで、鍼灸・あん摩・マッサージを勉強するのか。自分が勉強したりフレクソロジーとフェイシャル・リンパセラピーの手技だけではダメなのか。

自分が目指すセラピス像はなんだろうか？

初心に立ち返ることが大切なのだと思った。

そもそも、体調がすぐれない人を、自分の知識と技術で治療できると、自分の力を過信してはいけないと思う。

治療家は東洋医学の知識と修得した技術をもとに、体調が優れない人を治すのではなく、停滞している身体の機能、つまり、自然治癒の力を高めてる援助をすることで、患者自身が自分で自分の不調を改善していく。また、そうした力をもっていると信じて貰えるように導いてあげる存在ではないかと思います。

自分が目指すのは、東洋医学の知識と技術をもとに、患者さんが元気になるための心と身体の準備をサポートするセラピスト。

そして、重症な患者さんの治療をするというよりも、「予防」や「食い止め治療（悪化を防ぐ治療）」を目指している。

痛みの軽減よりも、癒し系。

「痛みが取れて楽になった」よりも「生きてて良かった」的な（笑）

そもそも、こんな治療に人が集まるかは疑問であるが、自分の経験からいえば、日頃からメンテナンスを行っている人は、長い目で見た時に、時間もお金も節約できている。それだけでなく、気がついたら重症だった人が元気になるための努力は、並大抵のことではない。

なかなか、症状が悪化していないのに治療院へ通うのは難しい。しかし、それを通うようような仕組みを考えたい。

そう考えると、鍼灸を突き詰めるよりも、鍼灸・あん摩・マッサージのクラスがいいのかな？

まだ、少し、時間があるから考えよう（汗）

20120529 40代半ばの選択は大変？

はっきりいって、大変です。

ただ、自分よりも年配の皆様と比べればまだ、若いという話しになるのかもしれませんが、でも、自分よりも下の世代からすれば、いいオヤジ。

当たり前ですが、これまで行った学校説明会には（実際にはいませんが（笑））、自分の子どもほどの人たちも来ていました。これから、様々な可能性を探究していく人たちには、卒業後も、さらなる勉強をして自分の可能性をのばしていくことが可能ですね。

では、私のような中年には、どんな可能性があるのか.....

同じスタートラインにたてても、卒業後の進路は大きく違います。だから、比べる方がおかしいのかもしれない。

ならば、自分がスタートラインにたって、勉強を積み重ねていき、はれて卒業・国家資格を取得した時に、どんな将来の可能性があるのか？

「自分がどんな生き方をしてきたか？」それが最大の要素ではないかと思います。

先日の学校説明会で、お話を聞かせていただいた卒業生は、社会人として働いた後に、鍼灸の道にすすみ、現在、独立開業をしてがんばっている女性でした。

開業するにあたり、ターゲットを前職に関係がある層に絞ってスタートしたようでした。彼女の前職は保育士。開業してターゲットにしている人は「女性」と「子ども」。前職の経験が開業したあとも役立っているようでした。子どもの対応の仕方はもちろん、子どもの抱える体調不良の要因はお母さんの心や体の状況がよくないから、子どもに影響している場合があるという考え方は、まさに、前職の経験があるからだと思いました。

じつは、この話して大きなヒントになるし、社会人経験がある自分たちの世代には大きな励みになります。

もちろん、簡単に誰もが自分の経験から、卒業後の方向性を見いだせるわけではありません。

ただ、少なくとも、若い人たちと違う、社会人としての方向性の見つけ方にはなると思いました。

学校を卒業して、どこかの治療院に就職し、腕を磨いていったあかつきには、自分でも開業しようというのは、若い世代が進んでいく道なのではないかと思いました。

若者と同じ道を進もうとしても、年代によっては、当たり前のも、私のようなおじさんには、逆に大変な道だという思いさえしてきます。

学校を卒業して、引かれたレールを歩く世代ではないということに、学校へ入る前に気づいて良かったと思いました。

若い世代にはない、おじさんの持っているもの、それは「経験」。

若い時って、毎日が楽しくて、将来を考えるよりも、今、充実した生活を送りたいと思うことが多いんじゃないでしょうか？毎日、友達と勉強したり、遊んだり……。アルバイトでお金をためて海外旅行、ショッピング。自分の20年後、30年後を想像するのはなかなか難しくて...今のこの生活を満喫している、世代。

もちろん、将来のことを考えて、就職して働いて。将来に対する夢や希望を持ちながら...

若い時にやりたいことを見つけて、それに向かっていくことができれば、チャンスも可能性も沢山あるはずなんですよ。

でも、一つ言えることは、今の若者が、43歳まで今の生活を維持できる保証はどこにもないし、ましてや、人生、なにが起こるかわからない。43歳まで「生きている」という絶対的な保証もない。

就職氷河期と言われるこのご時世で、学生から社会人になろうと心に決めたとき、なかなか就職できなくて、多くの若者が悩んでいるという話を耳にします。

それも、そのはず。こんなご時世で、他の人たちと同じことをやっていたのでは、就職が難しいのは当たり前なのかもしれないですね。20年前なら、学校に届く求人案内から自分の興味がある会社に面接へ行って、入社試験を受けるのが当たり前でした。でも、今の時代、少ない求人募集に多くの人たちが入社を希望し、試験を受けたなら、当然、入社できない人たちが沢山いるのは仕方がないこと。

つまり、今の時代、みんなと同じ考え方で同じことをしていても、なかなか希望通りに働くことは難しい。

でも、こんな時代だからこそ、本当に自分がしたいことを考え、実行することで、将来が無限に開けてくるんじゃないかと思うんです。もちろん、向き不向きやタイミングも関係してくるかもしれませんが、少なくとも、やりたいことが出来ない理由を補うだけの「若さ」と「無限の可能性」は、おじさんより遙かに大きいはずなんですけどね。

そこに気づけるかどうかで、今後が大きく変わるはずですよ。

さて、自分は若者ではなく、「おじさん」。この時点で「若さ」も「無限の可能性」は、この年では持ち合わせていない。しかし、「若さ」や「無限の可能性」に変わるものを持っている。それは「経験」。

おじさんは、誰もが「経験」を積んでいるはず。ただ、この「経験」は、おじさんによって様々。よって、どんな「経験」を積んできたかで、この先に続く未来への道は、それぞれに違います。

だから、無事におじさんになれたとしても、無事におじいさんになれる可能性は、これから、ど

んな「経験」を積んでいくかにかかっていますが、それは、これまで、どんな「経験」を積んできたかで変わってくるでしょう。

おじさんになって、その先につづくおじいさんへの道のりを考えると、毎日毎日の積み重ねの大切さを実感します。

これが、おじさんである自分たち世代にあって、若い世代にないもの。

つまり、経験から将来を考えるか、無限に広がる可能性から将来を考えるかの違いなのかもしれないですね。

大きな違いですが（汗）

ところで、自分の経験を整理したいと思います。

高等学校を卒業したあとに、情報処理の専門学校に入学。

おかげで、専門学校で身についたのはブラインドタッチと、パソコンに慣れたこと。また、専門学校では、パソコンを使って、情報処理を勉強したこともあり、データベースに興味・関心を持ちました。今から考えると、ここで出来た基礎が30代に大きく関わってきていると思います。ただ、専門学校を卒業したあとは、法律事務所へ入ったので、ここで勉強したことで役立ったことは、ブラインドタッチぐらいかも.....

93年まで、少し、アルバイト生活が続きますが、93年から現在まで、法律事務所に勤務しています。

仕事の内容は弁護士の補助的な業務が中心。また、法律に興味があったわけでもないので、法律を深く勉強したわけでもなく.....。自分が働いている法律事務所は、債務整理を中心に扱っている事務所ということもあり、このへんの話は詳しくなりました。弁護士に相談すれば、「借金を苦に自殺...なんて、ことはない」ことや、間違っただ法業者（といちなどのヤミ金）から借りてしまったお金は、「返済しないどころか、返済したお金も返して貰える可能性がある」など。

日本人はとかく、借りたお金を返せないことに対する必要以上の罪悪感から、弁護士に相談せずに、気がついたら、途方もないくらいの借金を抱えているケースが多いですが、周りに対する迷惑を考えるならば、返せないと分かった時点で弁護士に相談することが大切。問題が大きくなったら、解決方法はより困難になるけど、小さいうちなら、周りへの迷惑も最小限に抑えられる可能性もあるし.....

って、サラ金問題を語ってる場合じゃないですね（汗）

法律事務所で働きながら、30代はホームページ制作を学びました。

ここでの経験は、個人でもホームページを作れる技術を習得。自分はデザインは苦手なので、デザインが得意な人とくんで、数多くのホームページをつくりました。たとえば、女優さん（故田中好子さん）のホームページや俳優K氏（事件があって芸能界から引退）のホームページ、また病院のホームページなんかも手がけました。

ここで学んだことは、技術だけでなく、チームとしての役割分担と協力の大切さ。

専門分野の人たちと協力すれば、ひとりでは出来ないことも、可能になるということです。

また、協力するための調整の大変さも経験しました。

おじさんにあって、若者にないものの一つに「経験」があるとお伝えしました。

もちろん、学生生活の中からも様々な「経験」を積んでいる若者は多いと思います。ですから、おじさんと若者の「経験」に違いがあるとするならば、それは、「経験」の積み上げた厚さなのかもしれないですね。

「自分の経験から、どんなセラピストを目指すか」を考えると

1. 不調が小さいうちに、お客様に体調の改善を提案できるセラピスト。
2. 自分がすべて治してあげると考えるのではなく、お客様にとってベストな状況になるために、他の専門家と連携がとれるセラピスト。

40代になったからこそ、気づく事ってあるんですよね。

そのひとつに「健康」についてがあります。自分の場合、30代ぐらいまでは、それほど気にかけなかった「健康」。せいぜい、「最近徹夜ができなくなった...」「お酒が弱くなった...」「体型がくずれてきた」など、年を取るとともに衰えたことを感じるぐらいでした。

それが、40代になると、これまでよりも「健康」に敏感になってきていました。

「徹夜」ができなくなったと思うのではなく、「いかにぐっすり眠れるか」。「アルコール」が弱くなったと思うのではなく「自分の身体にいい食べ物とは何か」。「体型」を気にしてダイエットをするのではなく「いつまでも元気でいられるために今必要なことは何か」。

つまり、今のことを考えるよりも、将来のために、今できることは何かを考えるようになりました。

そういう意味では、40代になって資格を取得した「台湾式リフレクソロジー」と「フェイシャルリンパセラピー」は、現在の身体の状態を改善するのはもちろんですが、施術を受けることで体質改善につながることを考えると、年齢とともに衰えていく身体の機能を補うことで、将来も元気でいられるという方向に導いてくれているのではないかと、最近は思っています。

つまり、若い世代では実感できなかった、将来に対する準備の大切さを、40歳を過ぎたころから、実感できるようになったのです。実感できなくても、必要性を理解し、お客様にお伝えすることはできると思いますが、同じ理解だった場合は、実感できているほうが、言葉の重みは違うと思うのは自分だけでしょうか....

西洋医学であれば、目に見える形で結果が現れやすいので、データで示せると思います。若い世代はデータで示されたほうが理解しやすいんじゃないかと思います。でも、様々な経験を積みながら生きてくると、データだけでは理解できないことも出てきます。人間の身体の神秘というわけではないですが、「自然治癒力」「自己免疫力」を高めることは、西洋医学の分野だけではなく、東洋医学の視点からも十分に可能ではないか、むしろ、東洋医学のほうが、得意分野ではないかとすら、最近は思えてきます。

つまり、年齢とともに健康へのアプローチが変わってくるのがあったとしても、それは、当たり前なことなのかもしれないと、最近では思います。

つまり、西洋医学・東洋医学は、それぞれ、得意分野があるのではないかと思います。それと、人間の身体って単純なものではなく、実は、とってもデリケートで複雑で、まだ知られていないことはあると思います。

でも、私たちが死ぬ過程は限られています。「元気な状態」→「元気じゃない状態」→「初期の病気」→「重病」→「死亡」。つまり、「元気な状態」からいきなり「死亡」へ一足飛びに行くことは、事故や災害に巻き込まれないかぎり無いと思います。周りから見ていて「元気な状態」だったのに、いきなり亡くなってしまった場合は、「心に問題を抱えている」とか、「実は身体の中でなにかがおこっていた」とか。なんらかの原因があったと思われます。

ですから、「元気な状態」を保つために、どうしたらいいかを考えることが、健康について考える上で、一番大切なことではないかと思います。こうした考えは、40代になってから考えるようになりましたね。

それは、自分が年をとってきたこともあります。やはり、親が年老いて、「死」を意識する年齢になっていることを、私自身が実感しているからでもあります。

社会との接点をもって、新しい出発をするという可能性という意味では、幅はとても狭くなったと感ずます。

経験したことがないこともチャレンジさせてもらえるのは、若者の権利なのかもしれない。

40代になって、経験したことがないことにチャレンジすることは、ある意味、雇う側は大きな冒険でありリスクでもあると思います。

それで諦めたら、それで終わりです。7回失敗しても8回目に成功する可能性は、どこにもありません。それでも、諦めずに8回目を目指す価値があることをやっているなら、私はがんばるべきだと思います。

がんばることで、その先の何かをつかみ取ることができると思うからです。

結局、本当の終わりとは、失敗した時に訪れるのではなく、自分が諦めたときに終わりを迎えるんですよ。

でも、終わったあとに、新たに目標や目的が見つければいいんですが、なかなか、自分がやりたいことを見付けるのは簡単ではないし、見付けたとしても、踏み出すとなると、なかなか難しい。

ならば、何度失敗しても、次に成功すると信じてがんばるほうが、いいのかもしれないと思います。

もちろん、見極めも大切になるし、これが、50代でも同じことが言えるかと問われれば、まだ、未知の世界なので、なんとも言えない。

たぶん、50代にはまた違う発想があるのだと思うし、40年間に積みあげてきた重みと50年間に積み上げた重みも違うはず。なので、あるいみ、これから50代になる自分にとっては、楽しみの一つです。

7回転んで8回起きて。それでも、また、転ぶかもしれない。

でも、何回も転んで、何回も起き上がることで、そこから得た様々な経験は決して無駄ではないはず。

一番、無駄なのは、転んでしまった時、何も考えないでいること。例え起き上がれなかったとしても、起き上がろうと思考をめぐらして考えることは、前進している証拠。

まあ、あまり考えすぎていると、妄想だけで終わってしまいそうなので、どこかで、次の一手にふみださないといけないのですが（笑）

とうことで、開業資金を稼ぐために、アルバイトの面接、次にチャレンジしなければ！

勢いがある時は、考える暇もなく、目の前のことを処理していく。

流れ作業のように、次から次へと処理していかなければ次に進まないからだ。

勢いがある時という言葉で片付けてしまっていていいのかわからないが、少なくとも、自分が望む・望まないにかかわらず、目の前にはやるべきことがあった。勢いがある時というのは、もしかしたら、軌道にのっている時なのかもしれない。

しかし、一旦、何かに躓いたり、疲れて休んでいると、勢いは衰えていく。そして、いつしか、自分の目の前には何もないことに気づく。

これはこれで不安である。自分は何もやることがない、やる能力がない、誰からも必要とされていない....

そんなネガティブな気持ちが頭を支配するようになることもある。

でも、なんで、ネガティブな気持ちが生まれたかを考えたとき、こんな気持ちになるのは、何かと比べている自分があるからだということに気がつく。それは、勢いがあって、やることが目の前に山積し、名前を覚えられないくらい、いろんな人たちと会っていた時代。そんな状況に疲れたり、躓いたはずなのに、結局、そこに戻ってしまう自分がある。

休養することで、エネルギーを補充し、また、がんばれる人もいるかもしれないが、自分の場合は、元にもどることができない性格らしい。

元に戻れないのならば、以前の勢いがあった時代の自分と、今の自分を比較することには、なんの意味もない。

むしろ、新しい自分を作り上げるために、なにをしたらいいかを考えるほうがいい。

自分がこれまでやってきたことの大部分を、今、自分は、思い出の箱の中にしまっている。たまに、その箱を開いて感傷にひたることもあるかもしれないが....

新しい自分を作り上げるために、若い頃のような勢い任せに物事をすすめることは難しい。失敗しても次があると、思える年齢でもない。失敗や挫折は、結構、自分を凹ませる。心に傷を残す。

来年からの通う予定の学校の3年間の学費のうち、現在、半分近く、貯めている。残りを貯めるためには、時間がある今のうちに沢山、働いておきたい。

最近、空いている時間帯を利用してアルバイトをしようと考えて応募した。

年齢的な問題もあるし、経験もないので、簡単な作業がいいと思って.....

20年ぶりに書く履歴書は失敗続きで、気がつけば7枚も書き直していた。ちゃんとかけた7枚目の履歴書をもって面接にいった。結果は数日後に連絡すると言われ、連絡を待つも、結局、連絡が入らない。つまり、不採用。

結構、落ち込んだ。

最近、若者が就職できずに自殺を考えているというニュースをみたが、きっと、今の自分と似たような心境だったんだろうか.....

でも、ここで落ち込んではいられなかった。なぜなら、仕事が決まらないと、自分の今後の将来設計が成り立たないからだ。だから、気持ちを切り替えるしかない。

こことは「縁」がなかったと。

8枚目の履歴書と、新しく撮った証明写真。g.u.で夏物のYシャツを購入して、次の面接へ出向く。

同じ系列のお店で、違う管轄の店舗。まだ、オープンして1ヶ月。場所的にも来年から通う学校からそれほど遠くない。

新しい家からも30分ほどの距離。面接をしてくれた店長さんとも話しがはずんだ。

ここ「縁」があったらいいなあと、思った。

結果は日曜日ぐらいまでには、お伝えするとのことだった。

時間はすぎて、日曜日になった。

連絡がないので、こちらから電話を試してみた。連絡をするという話しでしたが、連絡がなかったので、今回も「縁」はなかったんだと、半ば諦めて....

店長と連絡がつかず、月曜日に、再度、電話をしたところ....

「結論からいうと、採用です」

今回、こちらと「縁」があったみたいです。

引越先も、新しいアルバイト先も、きました。

きっと、それは、その場所と、そして、その仕事や環境と「縁」があったからでしょう。

次は学校です。

自分と、その鍼灸・あん摩・マッサージ指圧の学校。自分とこの学校に「縁」があることを願っ

ていますが、入れなかったときは、自分の「縁」は、こことはつながってはいないと思うようにしています。

高校卒業後、専門学校へ進学したとき、推薦入学で入ったんだけど、「AO入試」というものは記憶にない。

「一般入試」「推薦入試」の二種類しかなかったはずだが、この25年の間にシステムに変化が出てきていた。

しかも、AO入試をするために、事前にエントリーをして、エントリーが通れば、AO入試を受けることが許可される。

ようは、どうしてもこの学校に入りたいという熱意を文書と面接でアピールすることなんですよ。

自分が入りたい鍼灸の学校もAO入試があり、エントリーが今月ある。エントリーが通らなかったとしても、秋から社会人入試、自己推薦、一般入試と、何段階かにわかれているので、ここでダメなら1年チャンスがないということにはならない。気を張らずにがんばりたい。

で、エントリーに必要なのが「志望理由書」「自己PR」。

いざ、書こうと思うと、どうまとめていいかわからない。限られた文字数の中にまとめるのは難しい。

とりあえず、「志望理由書」を書き終えたので、これから「自己PR」を作成しなければならない。

これまで、数多く文書を書いてきたし、お粗末ながら単行本も出してきた。どちらかといえば、それを読んだ方になんらかの考えるきっかけになればという趣旨のものが多い。

しかし、今回の文書は、相手に思いを伝える文書。いわば、学校へのラブレター。

自分の思いがどれだけ伝わるか。

そして、ラブレターを出すのは自分ひとりではなく、多くの人々がラブレターを出す。

果たして、沢山のラブレターの中から、私を選んでくれるかどうか....

選ばれなくとも、目にとまってくれれば、今後の入試へつながるんだけど....

自分のことを、どう、プレゼンテーションをするか。それも、AO入試で必要なことのようにですね。

ただ、日頃から自分をアピールすることは少なく、慣れていないため、何をどうプレゼンテーションすればいいのかわからない。

AO入試のエントリーでは、書類に自己アピールを記入する欄があり、職歴や特技、資格など自分を推薦する文章を作成するようになっていました。

また、書類に記載した内容をもとに面接ではいろいろ聞かれると思われるますので、背伸びをせずに、自分のこれまでの経験を通じて、自分をアピールする必要があると感じました。

今回、自己アピールを書くにあたり、とても助かったことがありました。

それは、この「新米セラピスト奮闘記」です。今は、下書きの段階で、日々の出来事や過去のことを綴っているだけです。

しかし、今回、自己アピールを書くにあたり、ここで書いていたことが役立ちました。過去の経験を振り返った時がありました。そこで、振り返る作業をしていたおかげで、自己アピールの文章を作るにあたり、内容の骨子の輪郭ができていたのです。

あとは、それを、参考に作成していけばよかったです、助かりました。

しかし、自己アピールを作っていて思ったのですが、これは、まるで、お見合いのための「釣書」に似ているのではないかと感じました。

まあ、実際には、お見合いはしたことがないので、想像の域をでないのですが（笑）

AO入試のためのエントリーで作成する「志望した理由」に「自己アピール」を今回、初めて作りました。結構、骨を折る作業だと感じました。そして、文書を作成していて思ったのは、自分を選んで貰う、目にとまって貰うために作成する文書という意味では、「ラブレター」や「釣書」と似ているところがあるのかもしれませんがね。

明日、アルバイトの帰りに、提出してこようと思っています。（汗）

20120619 勢いではなく計画的に

深夜のコンビニのアルバイトを先日から始めました。

これは、将来の開業資金を貯める目的もありますが、来年から、確実に新しい生活を行うことになるので、何かあっても困らないように今から始めたわけです。

さて、自分にとって、面接をしてアルバイトをするという経験は、実に20年以上ぶりになります。

今の職場は、知り合いの紹介、弁護士も従業員も知り合いなんで、いわば、コネのような感じで入ったので、最初から決まっていた感じもありました。

現在の職場は12年になりますが、その前に、同じような法律事務所の仕事を7年ぐらい行っていましたので、30歳以降、何か新しい仕事についているわけではなく、人間関係や仕事を覚えるという意味での苦労はこれまで、それほどしてきませんでした。

今回、コンビニのアルバイト、しかも深夜のアルバイトは、生まれて初めての経験です。

先週、3日、出勤しましたが、覚えることがたくさんあって....。

今は、まだ、まともに使える人材ではないことは、自分でもよくわかっているので、とにかく、安心して任せられるひとりとなれるように、必死で仕事を覚えようと思います。

今回のアルバイトを始めるにあたり、思ったのは、もし、これが、学校が始まってからだったら、どうなっていたか...

ということでした。

学校が始まり、「学校に慣れる」「勉強」「生活サイクルを確立する」「友達づくり」など、学校でも、たくさんのことを始めなければなりません。

それに加えて、もし、アルバイトを同時期からスタートしたら....。

自分が高等学校を卒業して東京へ出てきたとき、学校とアルバイトをほとんど同時に始めました。初めての東京生活に慣れることや学校の勉強、友達など、たくさんことを始めなければなりませんでした。

結果、夏休みを終える頃、挫折を経験することになります。入学して半年後、自分は休学して実家へ戻っていました。

ここで思ったのは、自分は、決して器用ではないということでした。

あれから、25年がたち、少しは器用に振る舞えるようになったと思いますが、その分、体力と脳細胞は明らかに衰えています（汗）

初めてのことを、沢山、同じ時期にすると、それだけ、リスクが大きくなります。年を重ねるにしたがって、やり直しはきかなくなりますし、たとえ、やり直すことができたとしても、年を

とったぶん、かなりのエネルギーを消耗することは確実です。

ならば、リスクを小さくする方法を考えることで、新しいことが始めやすくなります。

僕のセラピストとして、独立開業する夢を確実に実現するためには、長期的なスパンで考えて行くことが、リスクを最小限に抑えていくと思っています。

今回のアルバイトを始めるにあたり、初めての経験が沢山ありました。「コンビニ用の挨拶」「袋詰め」「深夜の仕事」。そして、これから覚える仕事に「商品の陳列」「搬入」「返品」などがあります。

アルバイトも学校も同時期に始めると、覚えることや慣れることが沢山ありすぎてとても大変です。昔のように失敗する可能性が大きいです。

しかし、時期をずらすことで、今、やらなければならないことを、絞ることができるんですね。

今は、深夜のアルバイトに慣れることが先決です。

勢いだけでいろんなことを同時に行うのではなく、例え、同時期に同じことをやっていたとしても、ひとつひとつがスムーズにこなせている状態になっていれば、そこに、新たに何か新しいことを加えても、失敗するリスクは、明らかに小さいと思います。

年をとったぶん、いろんな経験を積んできているはずですが、それは、目的にむかって、どう、今、動けばいいかを判断する力もその一つではないかと思っています。

将来の資金を貯めるために、深夜のアルバイトを始めて2回目の週末は、スケジュールが詰まっ
てしまいました。

土曜日に引越先に届く荷物を受け取ったり、ガスの立ち会いから始まって、深夜のアルバイト
へ。

アルバイトが終わったら、少し、荷物を新しい部屋へてくてく移動して、鍼灸学校のAOのエント
リーへ。目の下にクマをつくっていたようで、友人に指摘をうけたほどです。

エントリーでは、適正検査、小論文、面接をこなし、午後から本格的な引越作業。友人に荷物運
びを手伝ってもらって....

終わったのは、午前様。

次回からは、引越は業者をお願いしようと思いました。

なぜ、世の中に引越業者が存在するか....

それは、引越業者が必要だからです。彼らはプロフェッショナルで、手際よく作業を進めること
ができるんですね。

同じことが、自分にも言って貰えるように、来年からさらなる勉強に励みたいのですが....

エントリーの結果は、今週分かります。

エントリーの結果、エントリーに通ればAO入試が受けられますが、通らなければ、次回のエント
リーに再挑戦。

しかし、自分が入りたいクラスの枠は5名。自分を含め、今回、エントリーを受けに来た人た
ちは30名。もちろん鍼灸クラスを希望している人もいますが、なかなか、狭き門ですね
(汗)

結局、土曜日のお昼から日曜日の深夜まで、一睡もしないで、予定を詰め込みすぎて、生活のリ
ズムがおかしくなっている状況です。

40歳過ぎて、予定を詰め込みすぎて、生活のリズムをこわすと、もともにもどすまでに、時間
がかかるということ、今回、あらためて実感しました。

どんなに、予定をたてていても、余裕をもった行動をしなければならないと、反省。

昔、できたことは、必ず、今もできるわけではないということ、学習しました。

20120704 小さいけど大切な一歩。

人それぞれ、その時の状況によって、進む歩幅、踏み出す一歩は異なります。

ゆっくりだけど、大きな一歩を踏み出している人もいれば、小幅ながらもめまぐるしいスピードで歩み続けている人もいます。

しかし、どんな一歩であっても、踏み出すことで、前に進んでいることには違いありません。

自分にとって、今年は、人生を左右するかもしれない一歩を踏み出していると思われれます。

先月、引っ越しました。

新しく引っ越した先の、部屋のレイアウトは、施術もできる感じにしたいと考えて、現在、最低限の家具を揃えています。

実は、今年にはいってから、自分の環境が変わってきています。

鍼灸の学校へ行く計画も、今年に入って具体的になってきているし、その先のことを考えて、アルバイトも始めました。そして、引越と....

今回の引越で、施術を意識した部屋のレイアウトにするということも、引越が転機になっています。

だから、これまでは、訪問で施術をしてきましたが、今後は、訪問が難しい場合は、お越し頂くことも視野に入れてます。

自分にとって、今年は、小さいけど、大切な一歩になりそうです。

今は、まだ、小さな一歩かもしれないですが、この踏み出した一歩の先には、大きな一歩へと繋がっていてほしいという願いがあります。

20120709 自信を持つために

「自信」を持つことは大切だと思います。

不安を抱えた患者さんは、施術に不安を抱えた治療家の元を訪れることはほとんどないと思います。

「自信」を持って、診察してもらったり、治療してもらおうと、治療効果は1.5倍にはなるんじゃないかと、最近、感じます。

つまり、この先生に診てもらえば、大丈夫という安心感は、心をリラックスさせるだけでなく、安心感は人間の身体に何らかの作用を与えるのではないかと思うのです。

人間の身体は、不思議なものです。

現代の科学や医療技術では解明できていないことは、沢山あります。

だから、研究が進むことで新しい発見が発表されているわけです。

しかし、人間の生活習慣というものは、昔から、脈々と受け継がれてきているものです。科学的に分析してみたら、効果がなかったと言われているものでも、体調を崩したときに行う習慣で病気を乗り切ったという経験は誰にでも、一つや二つはあるはずです。

それは、これを行えば「大丈夫」という安心感が人間の身体に何らかの作用を与えている、いわば、習慣が、なんらかのスイッチになっているのかもしれないと思います。

もちろん、何か根拠があって、私はここで述べているわけではありません。

ただ、絶対的に正しいといわれている治療方法や薬でも、それだけで、その人の病気を治しているだけではなく、そこには、この治療を行えば大丈夫、この薬は効くという安心感も手伝っているのではないのでしょうか。

さて、私が思うに、東洋医学は、これに近いものがあるのではないかと考えられます。

科学的根拠に基づいて治療を行う西洋医学と違って、人間の歴史の中で繰り返し行われてきた伝統的な技法。

科学によって否定されそうな、伝統的な技法や習慣を、東洋医学的な見地からみたら、それも「有り」ということではないかと思っています。

科学的に証明されていると「自信」をもって、説明が可能ですが、実は、科学的に証明されていなくても、人間の歴史の中で繰り返し行われてきたことならば、それが根拠となって、「自信」をもって説明することが可能なんじゃないかと思っています。

つまり、「自信」を持つ方法は、西洋医学・東洋医学、それぞれ、違った方法で持つことができるのではないかと思っています。

ただ、どんな方法で「自信」を持つかで、その先の「結果」「答え」は変わってくることも確かです。

私自身は、西洋医学で人々の生活を援助する治療家を目指しているわけではありません。

むしろ、その人の生活の中に寄り添って、生活を援助したいと思っています。

20120710 QOLの向上

日曜日の朝、パソコンの本体を移動しようと持ち上げようとした瞬間、腰から「ピキッ」と音が聞こえました。

日曜日の予定は、お昼に電化製品の量販店に扇風機を購入しにでかけ、午後から鍼灸あん摩の第3回体験入学。夕方から家具が新居に届いてセッティング。

そして、その日のうちに、段ボールの中身を収納して新しい生活をスタート。

しかし、朝に起こった不運な出来事が全ての予定を狂わせてしまったのです。

お昼の量販店で扇風機をチェックするも、購入するまでには至らず。

体験入学では、腰の痛さに集中できず。

家具が届いたにもかかわらず、未だに部屋は片付かず....

「ピキッ」と、音が聞こえてから、私の身体は様々な行動に制限を受けることになりました。

「重い物を持ち上げることができない。」「ゆっくりしか歩けない。」「体勢を変える際には慎重に。」....

ほんの一瞬の出来事が、様々な制限を与える原因となりました。そして、その結果、予定していたことが出来なくなってしまい、腰が痛いだけでなく、心はブルーに。

この一連の出来事で、私の生活の質は一気に低下したことは言うまでもありません。

翌日、かかりつけの整骨院へ出向き、鍼（電気を流すタイプ）とマッサージをしてもらったあとに、テーピングで腰を固定。

整骨院を出る頃には、これまで困難だった歩行が普通に返っていました。1回の治療で100%良くなるわけではなく、腰の痛みはあるものの、それでも、施術の前と後とでは、明らかに、私の行動は変わっていたことは言うまでもありません。

つまり、何かの原因で低下したQOL（生活の質）を戻すだけでなく、戻すことで、向上させていくことができるとしたら、その人の生活は、今以上に良いものへと変わるはずです。

日常生活で起こる、小さな出来事が、その人のQOLに多大な影響を及ぼし、それが、将来を左右するということは大げさなことではありません。

低下したQOLを、援助していく仕事、それが、私が目指す「元気をサポートする仕事」なのです。

一緒に仕事をしていく上で、お客様への接客はもちろん大切ですが、同じように大切なことがあるということを感じています。

同僚とのコミュニケーション。

仕事に対するモチベーションは、仕事に対する自分の気持ちが左右することは言うまでもありません。

仕事に対する熱意があれば、多少、無理してでもがんばろうという気持ちが沸き起こります。

仕事中は、優先順位が高いのは当たり前です。問題は、就業時間外。

金銭が発生していれば、優先順位は急激に下落しないと思いますが、たとえばサービス残業のような場合、優先順位は一気に下落。

当然といえば、当然なのかもしれません。

しかし、仕事に対する思いが強ければ、就業時間外で行う作業（仕事）は、決して苦になるものではありませんが、どんなに仕事に対する思いが強くても、ブレーキをかけることもありません。

それが、同僚に対する信頼関係、仲間意識です。

会社のためにがんばろう、上司のためにがんばろう、後輩のためにがんばろう、一緒に働く仲間のためにがんばろう....

つまり、情熱をかたむけることができる仕事で、なおかつ、この人のためにがんばろうと思える職場では、就業時間外でも優先順位は上位にあるのではないかと思います。

就業時間外に働くことが良いか悪いかは別ですが...

ただ、ここまでがんばれる職場であれば、就業時間中にもがんばれるはずだし、カバーしあえると思います。

そんな職場環境を作るのは、同僚・仲間とのコミュニケーションではないかと、最近、思う出来事がありました。

また、自分のために、いろいろ考えて動いてくれたりしていると、自分もがんばろうという気持ちは自然とわき上がってきます。

よりよい、職場環境を作ることができれば、スタッフが気持ちよく接客ができることに繋がります。

それは、お客様への満足度を上げることに当然関わってくるのです。

どんなに仕事ができる人がいても、その人のコミュニケーション能力が低く、職場環境を悪化させてしまうのであれば、結果的にお客様への満足度は低下してしまうと思います。

今後、自分が独立・開業をして、誰かを雇うことがあるならば、このあたりのことは、念頭に置かないといけないと思う、今日この頃です。

20120821 化学反応

ひとりで、妄想するのも好きだけど、同じ道を志している友人と、居酒屋でワイワイ語り合うのが好きである。

昨日は、足裏ほぐしの学校で一緒だった友人と、久しぶりに、お互いの近況報告を兼ねて、飲んだ。

友人は、卒業後、学校の母体サロンで働いている。友人の人差し指の関節には、彼が日々、どれだけ、足を揉んでいるかがわかる、タコができていた。

お互いに、40歳をとっくにすぎて、これから、どうやって展開していくかを考えている。

もともと、この友人と会ったのは、今から2年前。体験入学で一緒になった。

しかし、お互いに通った時間帯が違うことから、通学期間中は一度もクラスが一緒になることはなかった。一緒になったのは、学校がボランティアでおこなっている高齢者向けのリフレクソロジー。

そこでの再会がきっかけで、時々あつては、お互いの近況を報告しあっている。

自分と同じ場所で勉強し、年齢もそれほど変わりはないけど、友人と自分とでは進む方向は異なっている。

友人は、いつかは、リフレクソロジーで、がんばろうという夢がある。

自分は、リフレクソロジーは、あくまで、自分と関わりをもってもらうための導入として考えている。

友人も自分もお客さんの疲れを取ってあげたい、生活に支障をきたしている足のトラブルを解決してあげたいという気持ちはおなじだけど、友人は、足をメインに仕事をするを考えている。

そんな、友人の話を知ると、いろんなことが参考になるので、おもしろい。もちろん、自分が将来開業する際にどれだけ、参考にするかは、別だけど....

同じ志を持った人と、話しをすると、いろんな可能性が見えてくる。

あるいみ、それは、お互いが経験したことを語り合うことでおこる、化学反応。

この化学反応は、他の人とだと、また、違うからおもしろい。

化学反応から見えてきた未来は、アルコールの席だけのこともかもしれないが、しかし、未来に役に立つ・立たないにかかわらず、元気になることは確かだ！

だからこそ、人との関わりは大切だし、人との関わりを大切にすると人は、人生を楽しむことができるのではないかな。

今週、ぼくは、鍼灸専門学校の入学手続きを終える予定。

来年4月からは、僕には、また、新しい化学反応をおこさせる友人や講師陣との出会いがある。

この化学反応が、僕にどんな未来を導いてくれるのか.....

今から、とても、楽しみである。

来年の4月から、鍼灸あん摩の夜間部に通うことが正式に決まりました0014です。

AO入試のエントリーから始まり、願書の提出、そして、入学手続き。

その前に、学校を選ぶための、体験入学の参加もあったりして、この半年は、いろいろ、鍼灸の学校へ通うためのリサーチ等をしておりましたが、気が付けば、正式に通うことになりました。

AO入試を経て入学した生徒は約40名（鍼灸科、鍼灸あん摩科の各昼夜部の学生）が集まりました。

そして、さっそく、友人ができました。自分が通う「鍼灸あん摩科夜間部」に、4月から机を並べて学ぶ同級生と知り合いになりました。といっても、すでに、何度か顔を合わせていたし、話もしていましたので、知り合いだったのですが、入学手続き後にも継続してあうことで、何か、特別な絆みたいなものを感じたりしています。

まあ、入学前に、知り合いになったことで、入学後の緊張感は、少しは、緩和されました.....

さて、8月の集まりで勉強したのは、「手づくり」について。

鍼灸師、マッサージ師にとって、手は、患者さんの体の状態を知るための道具的な役割をになう
そうで....

だから、患者さんに触れる施術者の手は「柔らかく」「適度に乾いた」「温かい手」であることが、患者さんを安心させるようです。そして、同時に「効く」つぼを探し当てることができる手でもあるとのことでした。

ただ、今は、まだ、入学を許可されただけで、本格的に勉強するのは、来年の4月。

やっと、施術者として踏み出す前提が整ったにすぎません。

先生が話してくれたのは、入学するまでの時間の使い方。

確かに入学して、勉強は一斉にスタートするけれども、それまでの準備を、どこまでできているかで、スタートした時点、あるいは、それから差が出るとのことでした。

そのために、まず、施術者としての「手づくり」をスタートしましょうということでした。

ゴルフボール（もしくは、くるみ）を2個ずつ、両手にもって、音を立てずにくるくるまわすことが、自在にできることがまず、第一歩。

他にも、手を柔軟にするための練習方法を教えてもらいました。

ここで、教えていただいた練習方法をやるか・やらないかは、自分次第。

患者さんが「この先生に触れられると心地よい」と感じる手を手にいれるためには、いまから、ゴルフボールをくるくる回す必要があると思います。

さて、来年の4月、私の手は、どんな手に成長しているか.....

20121113 目的を思い出す

夢中になりすぎると、本来の目的を忘れることがある。

と、最近、気がついた。

自分は、現在、セラピストを目指して、技術を身につけているし、知識を得るために勉強をしている。

自分が施術することで、元気になってほしい、具合が悪くなることで諦めていた目的を、再び再開できるようにお手伝いしたいという思いからです。

そのために、来年4月から鍼灸・あん摩の専門学校へ通うところまで決まっていますが、その学校を卒業するために係る費用は....

今の貯金ではまかないきれないので、それを稼ぐために、6月から夜勤のアルバイトを始めました。

しかし、40過ぎのおじさんにとっては、夜勤の仕事をした翌日は、何もできない。スポーツも、勉強も....

この5ヶ月、働いてみての感想ですが、少しは、貯金も増えたけど、生活のリズムを保つことはできない。おかげで、あごが無くなってるみたい。

そういえば、夜勤を始めてから、泳いでないし、リンパセラピーもリフレもできていない....

最近、週3日法律事務所で働いて、週4日夜勤のアルバイトの生活にも慣れてきたけれど、これに、夜学の授業に、授業の復習や国家試験勉強が入るとなると、今の生活は、どこかで破綻することは、冷静に考えればわかるはずなんだけどね。

それに、気がつかずに5ヶ月が過ぎていた。

ならば、夜学が始まる来年3月まで続ければいいんじゃないかと思うけど、それでも、学校の準備ができないのは大きい。なんのために6月の段階で、AO入試を受けたのか。8月の段階で入学を決めた意味がなくなる。

時には、自分の今の生活を立ち止まって、考えることが必要。

そのきっかけになったのは、現在のパートナーが心配して気遣ってかけてくれた言葉であり、今週から変わるバイト先のオーナーとの関係でもあった。

現在の夜勤は、なかなか休むことができない。この5ヶ月間で、お願いしてお休みを入れたのは1回だけだし、頼まれて21時から翌朝9時までシフトに入ったこともあった。つまり、夜勤のシフトを中心に自分の生活を組み立てていたことになる。

まだ、仕事に慣れていなかったのも、一生懸命に働くあまり、他のことが見えていなかったのかもしれないが、最近、それに気がついた。

まあ、今の段階で気がついて、良かったのかもしれない。

一生懸命がんばることは、良いことだと思うけど、本来の目的を忘れるぐらい、がんばりすぎるのは、逆に、自分の生活にマイナス。

ただ、一つ言えることは、自分の生活に軸があれば、たとえ、寄り道していたのとしても、軌道修正は可能ではないかなあということ。

同じように一生懸命がんばっていても、なんとなく働いていたりすると、軌道修正することはないし、気がついたら、身体をこわしたあげく、いったい、自分はなにをやっているのかと、落ち込むことにもなりかねない。

一生懸命がんばることは、良いことだけど、本来の目的がダメになるようながんばり方なら、やり方を変える必要があると思う今日この頃。

ということで、現在、夜勤は週4日働いていますが、1月中旬からは、2日に減らす予定。勉強も、今、少しずつ始めているし、来年4月から東京体育館がリニューアルオープンするだろうから、水泳と筋トレを再開する予定。

20121119 治療家に必要なことは

11月18日、夜勤を終えて、急いで帰宅。軽く朝食を済ませて、出かける。

18日は朝からAO入学合格者のための勉強会が学校であるからだ。

今回の内容は臨床をしている学校の専任講師の話し。

どんな内容の話しをきけるか楽しみに、学校へ。

夜勤明けだから、眠気との戦いでもあるが、100円ローソンで買った「お助けカフェイン」（105円）で、なんとか、最後まで、話しを聞いた。

話しの内容は、たとえば、二人の先生の体験談をお話してくれたが、もっとも印象に残ったのは成功する治療家は、技術を磨くことをがんばるのではなく、初心を忘れないこと。

つまり、入学し、鍼灸・あん摩の勉強を志すための動機とのことだった。

お金のために働くのはでなく、患者さんとの信頼を築き、初心を大切にしていけば、自ずと、お金は後からついてくるとのいうのだ。

昨今、鍼灸学校が多く、国家資格取得者も街にあふれているなか、成功する治療家は、100人にひとり。

成功しない治療家は、初心を忘れ、お金もうけのために技術を磨きに走る....

自分にとっての治療家像は、まだ漠然としてはいるけど、ただ、高いお金をかけても学校へ行こうと思った動機ははっきりしている。

それさえ、忘れなければ、自分はやっていけるのかもしれない....

今は、まだ、治療家になるためのスタートラインに立つための準備をしている段階だが、がんばって、スタートラインに立ちたいと思いました。

ところで、自分の動機というのは....

これまでも、書いておりますが、もう一度、整理するために、次回のお話で....