



2011年3月開催!

# ボッダー式 マニュアル・リンパドレナージュ - Vodder Manual Lymph Drainage -



～ ベーシック (6日間) ～

2011年3/6 (日) ～3/11 (金)

～ セラピー1 (6日間) ～

2011年3/13 (日) ～3/18 (金)

～ リフレッシュデイ ～

2011年3/20 (日)・3/21 (月祝)

1930年代に、エミール・ボッター博士によって発明されたこのリンパマッサージ術は、日本の多くのエステサロンなどで行われているリンパマッサージとはまったく別のものです。現在ヨーロッパを中心に医療分野でも利用されている方法で、緊張や痛みの緩和、炎症の鎮静、免疫力向上、顔のむくみ・しわ・たるみ・にきびの解消などからリンパ節除去や放射線治療によって生じたリンパ浮腫など深刻な問題の治療をはじめ、幅広い範囲で利用できる非常に有用な手技です。オイルもパウダーも使わず、手の微妙な動きだけで行う手技のため、きちんとした訓練を受け、正確に行う必要があります。

当校では年1回、イギリスより経験豊かなアン・バドガマ女史を講師に招いて2週間の集中講座を行っております。MLDの基本的技術を学ぶ「MLD ベーシックコース」、プロとしての技術を学ぶ「MLDセラピー1コース」までを当校にてお受け頂くことができます。

このコースは一般の方の単独受講も可能ですが、マッサージ経験と解剖生理学の基礎知識が必要です。通訳は同コース及びセラピー2・3を修了したMLDセラピストでもある校長ギル佳津江が行います。語学に自信の無い方も安心してご受講ください。

ボッター式マニュアル・リンパドレナージュ (MLD) の始まりと歩み

1932年	<b>エミール・ボッター博士</b> が特殊な手技療法 (MLD) を開発。 → ボッター博士が初めてリンパドレナージュという言葉を考え出す。
1967年	MLD ソサエティー設立 → リンパ浮腫の治療や免疫系の賦活 (ふかつ) 効果が注目される。 医療技術としてのMLDの効果に対する研究が進められる。
1972年	ボッター博士の直弟子であるウィットリンガー夫妻によってオーストリアにMLDの学校が設立。 → 以来少数の認定講師のみがこのすばらしい治療技術の継承にあたっている。
1990年代	<b>アン・バドガマ女史</b> 率いる MLD セラピストチームによって、ロイヤルマーズデン病院 (ヨーロッパで最も権威のあるガン病院) でリンパ浮腫患者へのMLDの効果の臨床研究が進められる。 → 結果、その効果が認められ、 <b>治療の一環として</b> 同病院にてリンパ浮腫患者がMLDを受けることが可能になる。

★リンパ浮腫とは……

ガンやその他の病気の治療の影響により、正常なリンパの流れが妨げられ、主に腕や足などに病的な浮腫を起こすものです。今のところ薬などによる効果的な治療法が無いために、リンパ浮腫患者のほとんどは放置され、苦しむ人が大勢います。

★ボッター式マニュアルリンパドレナージュセラピスト

近年日本でも少しずつリンパドレナージュが医療従事者や患者さんに知られるようになりましたが、施術を出来る技術者が**ほとんどいない**のが現実です。MLDと言っても、現在フランス式など、いくつかのリンパドレナージュ技術が広まりつつありますが、**全てボッター式から派生した方法**なのです。そしてボッター式マニュアルリンパドレナージュセラピストを名乗ることができるのは**ボッター校の認定を受けたセラピストのみ**に限られています。

## MLDの施術のメリット（効果）

### ★緊張が強い時や強めのマッサージなどを受けた後に心身を深く鎮静させる

羽のようなリズムカルなタッチは交感神経を鎮め、副交感神経を活発にさせるため、緊張やストレスを緩和させる効果があります。同時に末梢血管が開いて血流が良くなりますので、冷えた手足が温まってきます。消化活動も活発になります。

### ★小さな怪我、打撲、火傷、その他感染以外の理由で炎症やむくみなどがある時に効果を発揮

**炎症や腫れを鎮める効果を持っている点がボッター式 MLD の非常にユニークで大きなメリットのひとつ。**

炎症を起こして腫れている部位への通常のマッサージは禁忌となりますが、MLDでは禁忌ではありません。MLDは動脈の血流を促進させることなく、リンパの流れだけを促進させます。たとえば血管から組織間への水分の浸出を増大させることなく、組織間液の中の余分な水分や老廃物、菌、死んだ細胞などのリンパ管への吸収率だけを高めます。これにより組織の浮腫の解消、炎症の軽減、治癒スピードの促進、免疫力の強化による感染の防止などに働きます。

### ★多くの日常的な症状に効果を示す

- ・自然なリンパの流れを促進し、健康を維持するのが主な目的です。
- ・高血圧の場合は血圧を下げ、低血圧気味の人でも繰り返しMLDのトリートメントを受けることで正常値に近づいていきます。
- ・免疫の異常（自己免疫病やアレルギーなど）も調整し次第に正常化する効果があります。
- ・疲労の解消、頭痛や痛みの軽減、耳鳴りやメニエール病、繰り返し起きる感染の予防にもなります。
- ・細胞レベルで身体が浄化されて、本来の健康と美しさを取り戻します。
- ・にきびや、オイリー肌、肌のくすみ、たるみ、しわ、むくみ、セルライトなどの解消、妊娠線の予防と軽減などに効果的です。
- ・小さな怪我（火傷や切り傷）の救急処置として行えば痛みや腫れを軽減し治癒を早めます。
- ・関節炎や筋肉痛、不眠などにも効果があります。

## MLDの手技の特徴

### ★通常のマッサージテクニックとは異なります。

- ・MLDでは動脈の血流を促すことなく、リンパの流れだけを促進させます。
- ・基本的には圧力をほとんどかけずに皮膚のみを二方向へストレッチさせます。
- ・このテクニックは非常に微妙で軽いタッチが要求されます。
- ・日本のエステなどで一般的に行われている強いリンパドレナージュとは全く異質のものです。

### ★効果をあげるためには？

- ・このテクニックを正しく習得し、かつそのテクニックを維持することが不可欠です。
- ・そのためには長い経験と資格を持ったインストラクターの指導が必要です。リンパ系のしくみ、特にリンパ管の構造と分布、流れる方向などを頭に入れておく必要があります。

### ★MLDの基本

まず最初に首のリンパ管のマッサージを行います。身体全体のリンパ液が集まった太いリンパ管は首の鎖骨下静脈に合流します。この部分のリンパ液の停滞を最初に解消しなければ、末梢の部分から流れてきたリンパ液が静脈に戻る妨げとなってしまいますからです。

実験により首のMLDを行なっただけでも、足先のリンパの流れまで促進されることがわかっています。同様に皮膚のリンパの流れを促進することで、身体深部のリンパ液の流れも促進できます。

\* MLDのトレーニングは「ベーシック」レベルから「セラピー3」まであります。

## 「ベーシック」と「セラピー1」のレベルの違い

★ベーシックレベル … 「MLDの手技の特徴」に記したような基本的技術・理論を学びます。  
(詳しい内容については別紙タイムスケジュール参照)

- ・MLDはすばらしい技術ですが、正しく行われなければ結果が出ないため、ベーシックレベル修了段階では、生徒は自分や家族などに対する**プライベートな施術のみ**が許されます。ただし、顔と首のみであれば一般の方へ施術は可能です。(顔と首のみであれば施術メニューとして代金をいただくことも可能です)
- ・ご自身の毎日のセルフケアとして、セルフトリートメントができます。

★セラピー1レベル … ベーシックレベルで習得した基本の技術を更に正確に行えるように練習することに加え、より高度な技術の習得を行います。プロとしてMLDの施術を行いたい方には必須のコースです。

- ・セラピー1ではコースの最後に**実技と理論の試験**があります。
- ・試験に合格されると**セラピー1の修了証**が授与され、更に専門的なレベルであるセラピー2・3の受講資格が与えられます。
- ・セラピー1を取得した人はMLDセラピストとして**一般の方への施術**を行うことが許されます。

### ※セラピー2・セラピー3

セラピー2、セラピー3のレベルでは、リンパ浮腫と呼ばれる病的なむくみを取るための理論と徒手療法、圧迫包帯などを含む複合的理学療法について学びます。これはリンパ節の郭清、放射線療法、またそのほかの理由によって、リンパの通常の経路での排液が困難になった場合などに、MLDでは通常と違う方向にリンパ液を流し、別のリンパ節に排液させる方法などを含めた更に専門的なテクニックを使用します。今回はセラピー2・3の講習は行われません。セラピー2・3でも基本であるベーシックの手技が正確に行われなければ、良い結果は出ません。

## リフレッシュデイコース

このコースはすでにボッダー式MLDのベーシックやセラピー1を終了した方のための実技復習クラスです。他校でボッダー式MLDの認定コースを修了した方も参加できます。過去にアン女史から学んだMLDの技術が自己流になってしまっていないか、自分の行っている方法は正しいのか、今一度確認をし、修正を行いたい方のためのクラスです。MLDを習ったものの、その後練習ができていないという方にもお勧めです。

### 講師：アン・バドガマ (Anne Vadgama)

バドガマ女史は、MLDにおいて26年という英国で最も深い経験を持つMLDセラピストです。MLDのテクニックは高度な熟練を必要とするため講師になるには最低6年はかかります。また、世界のトップクラスのMLD講師でさえ、毎年のようにオーストリア本校で研修を受けなければなりません。バドガマ女史は、ヨーロッパで最も権威のあるガン専門病院のリンパ浮腫病棟で、過去10年以上に亘ってMLDによるリンパ浮腫への治療と研究を行ってきました。英国、そして日本では当校において毎年認定コースを行なっています。



### 副講師：ギル 佳津江

MLDセラピー3セラピストとして自宅サロンにて施術を行い、MLDコースアシスタントを10年以上行っているギル佳津江が通訳をいたします。解剖学や手技の細かい部分までわかりやすいと毎年高い評価を受けています。



## MLD コース受講の注意

### ★受講規定

MLD コースは身体の仕組みを理解した上で、とても繊細なタッチの施術が必要となるコースです。その為、受講される方は以下の規定を満たされている方に限ります。

- ① なんらかのボディマッサージ技術をお持ちの方（アロマセラピーに限らず）
- ② 解剖生理学の知識をお持ちの方（基本的な解剖生理学を理解されていること）

### ★男性の受講について

このクラスは鼠径部や胸部などへも施術を行うクラスですので、基本的に女性が中心のクラスとなっております。ただし、男性でも上記①②の条件を満たされている方（もしくは医療従事者）は、御自身で女性モデルの方をお連れ頂くことで受講可能となります。過去には奥様やお嬢様をモデルとして同伴され受講された方もおられますので、一度スクールへご相談下さいませ。

### ★遅刻、欠席や振替について

やむを得ず欠席や遅刻をされた場合でも、その回の受講料の返金や振替受講は一切出来ません。また、各コースを2日以上欠席されるとディプロマ（修了証）取得が出来ない場合もございますのでご注意ください。セラピー1コースの最終日（試験日）に欠席されるとセラピー1のディプロマは発行出来ませんのでご了承下さい。

MLD を学べるチャンスですので体調管理をしっかりと行い、充実した時間を過ごせるようにしましょう。

### ★コースのキャンセルについて

- ①コース開講日前日から起算して14日前から受講料総額の30%がキャンセル料として発生致します。（キャンセル発生日）
- ②キャンセル料発生前のキャンセルであっても、一度ご入金されたお申込手付金は返金出来かねます。
- ③開講後、自己都合によるコース途中でのリタイア及び長期の欠席については全額受講料の支払い義務が発生致します。

その他ご不明な点やご質問がございましたら、どんなことでも結構ですのでお気軽にJEA 京都校までお問合せ下さいませ。

## ★ MLDコース説明会 ★

●日時：2010年9月12日(日)17:00～18:30 ●場所：JEA京都校

※校長ギルよりMLDについてご説明させていただきます。

◎参加ご希望の方は、お電話・メールにてお申込み下さい。

0120-872-700 E-mail jea@aromaschool.jp

## 2011年 MLD 認定コース タイムスケジュール

授業は毎日 10:00~17:00 までです。昼休み 12:00~13:00、他小休憩もあります。  
会場はいずれもジャパン・エコー・デ・アロマセラピー京都校になります。

### ●ベーシックコース

36 時間

	月日	午前		午後
1 日目	3月6日(日) 10:00-17:00	理論	MLDの歴史・禁忌・効果など リンパ・オブリガトリーロード 均衡	リンパ系の解剖生理学 脳の排液 スターリング
2 日目	3月7日(月) 10:00-17:00	実技	首&顔 ステーションナリーサークル 脚 パンプ&スクープ	
3 日目	3月8日(火) 10:00-17:00		背中&うなじ ロータリー	
4 日目	3月9日(水) 10:00-17:00		腕&臀部	
5 日目	3月10日(木) 10:00-17:00		腹部&胸	
6 日目	3月11日(金) 10:00-17:00	質疑応答 復習		

### ●セラピー1コース

36 時間

1 日目	3月13日(日) 10:00-17:00	リンパ系の解剖生理学	顔&首 及び上級テクニック
2 日目	3月14日(月) 10:00-17:00	リンパ系の解剖生理学(続き)	脚&背中 及び上級テクニック
3 日目	3月15日(火) 10:00-17:00	MLD の効果と使用対象	腕&腹部 及び上級テクニック
4 日目	3月16日(水) 10:00-17:00	スターリング均衡	うなじ&腹部 及び上級テクニック
5 日目	3月17日(木) 10:00-17:00	理論復習 質疑応答	臀部&胸 及び上級テクニック
6 日目	3月18日(金) 10:00-17:00	理論試験	実技試験及び復習

### ●リフレッシュデイ

各6時間

1 日目	3月20日(日) 11:00-18:00	実技の復習 ※1日のみでも、両日とも参加でもどちらも可能です。
2 日目	3月21日(月) 10:00-17:00	

～ 2010年3月 MLDコース 募集要項 ～

コース名	開催時期	受講料 (教材費・税込)	参加資格	定員
MLD ベーシック	3/6(日)～3/11(金) 10:00～17:00	199,500 円	基本的な解剖生理学の知識 とマッサージ経験、または医 療従事者の方	MLDベーシッ クのみ受講 4名
MLD セラピー 1	3/13(日)～3/18(金) 10:00～17:00	226,800 円	ボッダー式 MLD ベーシッ クのディプロマ取得者	MLDセラピー-1 のみ受講 4名
MLD 両コース ベーシック&セラピー-1	3/6(日)～3/18(金) 10:00～17:00	394,800 円	MLD ベーシック参加資格と 同じ	両コース受講 20名
リフレッシュデイ	3/20(日)11:00～18:00 3/21(月)10:00～17:00	1日のみ 22,050 円 2日間 42,000 円	過去にボッダー式 MLD コー スを受講された方、今回 MLD コースを受講される方	各 22 名

●MLDベーシックとセラピー-1、両コースを2010年度開催分で同時に受講される場合は31,500円お得です。

●リフレッシュデイを2日間受講される場合は2,100円お得です。

当校でMLDコースを修了された方にはボッダースクールよりディプロマ(修了証)が発行されます。

セラピー1まで修了された方はプロのMLDセラピストとして施術することが認められます。

ベーシックのみの方は顔と首のみ一般の方への施術が可能です。

※当校で習得されたMLDについて、他所にて指導する事は許可されませんのであらかじめご了承の上お申込下さい。

### お申込の流れ

#### ●お申込方法

① 受講申込書に必要事項をご記入の上、FAXか郵送にてJEA京都校へお送り下さい。

受講申込書到着後、入校書類を発送いたします。

② 書類到着後、7日以内にお申込手付金を下記口座までお振込み下さい。

※お申込時期が開講まで1ヶ月を過ぎていた場合は、コース開催日前日までに受講料全額をお振込み下さい。

③ 受講申込書と申込手付金の両方が確認できた方から受付完了となり、受付完了のご案内を発送いたします。

※1月末にMLD事前テキストをお送りいたします。

MLDベーシック初日にお持ちください。

●定員 上記表をご覧ください。(最少催行人数：10名)

●会場 ジャパン・エコー・デ・アロマセラピー京都校

●お申込締切 2011年2月28日(但し定員に達し次第締切)

●お支払方法一覧

<お振込み先>

ゆうちょ銀行

口座番号：00950-5-299248 加入者名：JEA京都校

三井住友銀行(銀行コード0009) 枚方支店(店番号158)

普通口座：4090821 口座名：株式会社サンリツ

コース名	お申込手付金 (お申込時)	お支払方法	残金1回目 1月末日	残金2回目 2月末日
MLD ベーシック	63,000	2分割	68,250	68,250
		一括	136,500	
MLD セラピー 1		2分割	81,900	81,900
		一括	163,800	
MLD 両コース ベーシック&セラピー-1		2分割	165,900	165,900
		一括	331,800	
リフレッシュデイ 1 日のみ	22,050			
リフレッシュデイ 2 日間		一括のみ	19,950	

#### ●キャンセル・支払規定

① コース開講日前日から起算して14日前から受講料総額の30%がキャンセル料として発生致します。(キャンセル料発生日)

② キャンセル料発生日前のキャンセルであっても、一度入金されたお申込手付金は返金出来かねます。

③ 開講後、自己都合によるコース途中でのリタイア及び欠席につきましても受講料全額の支払義務が発生致します。

#### ●お申込み・お問合せは

ジャパン・エコー・デ・アロマセラピー京都校

〒600-8216 京都市下京区東塩小路町607 辰巳ビル5F



TEL 0120-872-700 FAX 075-354-7626 MAIL jea@aromaschool.jp