

自著を語る。



『タッピング・タッチ：
こころ・体・地球のための
ホリスティック・ケア』

〈朱鷺書房 2004〉
【所在】 図・展示棚
【請求記号】 492.79/N32

中川 一郎 先生
国際交流センター

新しい技法や考えを提案するとき、どんなことに気をつければよいのでしょうか。それを効果的に広めるための方法は？
「タッピング・タッチ」という一つのケア技法を確立された、中川一郎先生にコツを伺いました。ホリスティックな視野を持つことの重要性は、必見です！

■子供から専門家まで、だれでも使える
ケア技法

「図書『タッピング・タッチ：こころ・体・地球のためのホリスティック・ケア』の紹介をお願いします。
タッピング・タッチという一つのケアの技法の基本と応用、リサーチを記した図書です。タッピング・タッチはシンプルで、子供から専門家までだれでもできる技法として、私が中心となって開発しました。体を左右交互に軽くタッチすることで、不安や緊張の緩和といった効果があります。信頼感を深めたり、関係性を改善したりする効果もありますから、対人援助やケアにとっても有効で、様々な分野での利用が広がっています。」

■高度な技術やトレーニングは不要！
役立つものを、多くの人が利用できることを目指して

「一つの技法を提案する過程では、さまざまな工夫が必要になると思います。先生はタッピング・タッチをどんなプロセスで考案されたのか、教えてください。
研究にしても世の中のことにしても、役立つものはたくさん開発されてきましたが、それがうまく一般のために生かされないことが多いです。タッピング・タッチの考案では、人に役立つことを、もっとたくさんの方が利用できるようにすることを目指しました。いろんな意味で人間が進化して学んできたことが、金持ちや特別な人しか使えないなど、利用するための壁ができていた場合もあります。もともと人がお互いをケアしあう、自分たちの力で元気になるということが必要だと思えます。この技法は、様々な治療的要素を統合して開発したものです。東洋の経穴(つぼ)や経絡(けいらく)といったことも応用していますが、強く押しついたりせずに心地よいポイントを軽く叩くので、どこを叩かなければいけないという決まりはありません。高度な技術やトレーニングは必要ではなく、気軽にできます。はじめは人為的に作られたものが、いろいろな人の手を経ることによってとても自然な形になりました。今の形は日

本人にとって肩たたきに似ていたり、子供をあやすことに似ているので、違和感がなく体験できると思います。
「コミュニケーションが難しい今だからこそ開発した技法を理解してもらおう」とは、簡単なことではないと思います。タッピング・タッチが日本人に受け入れられた理由を教えてください。
今いろんな面でコミュニケーションが難しくなっています。しかし、タッピング・タッチは安全に人とふれあいが持て、お互いを大切にすることができると、受け入れられました。面と向かってしないことも利点となっていて、日本人にも受け入れやすかったのではないのでしょうか。」

■火種になってそこから広がる

「自分の考えを広めるときは、大変さの中にも楽しさがあると思います。タッピング・タッチを広めていくための活動で楽しかったエピソードを教えてください。
楽しさはたくさんあります。幼稚園や保育園でタッピング・タッチのことを子供に教える機会があります。動作に「猫の足ふみ」「象の鼻」といった名前がついているので、子供たちにも好評です。タッピング・タッチの心地よさを感じて、家に帰ってから両親にしてあげることもよくあるようです。講座やセミナーなどで体験したときだけでなく、それが火種になってそこから広がって役立つしていくことが楽しみです。今の時代はいろいろと厳しいことが多いですが、希望ややりがいを感じています。」

■部分的に見てわからないことを、全体的に見ていく

「副題に『ホリスティック・ケア』とあります。学習や研究を進めていく時に、ホリスティック(全体的、統合的)な考え方は大切ですか？
私が担当している授業の二つに「地球環境と災害支援」があります。この授業においてもホリスティックという

貴重なお話ありがとうございました。



READING LIST

これだけは読んでおきたい!!各 学部の先生からのオススメ本

人文学部 濱森太郎先生
アーサー・クラインマン著
江口重幸、五木田紳、上野豪志訳
『病いの語り：
慢性の病いをめぐる臨床人類学』
誠信書房
【所在】 図・開架・図書病・看護部
【請求記号】 493.1/K1 4

微小民族の観察・報告から研究生活を始める人類学者は多いに違いない。だが、その微小民族の集落の中で「病む人」を対象とし、医療人類学というパラダイムを立ち上げる思いつきはクラインマンの頭の中しかなかった。クラインマンが初めてした事は、患者の病の経験とその経験に関する「語り」を集積し、復元することだった。次にした事は、その「語り」がどのようなプロセスを経て医療的な説明モデルに編成されていくかを記述することだった。そうすることで、本来、多義的、多声的な患者の経験を損なうことなく復元する事ができるからである。それらの声の復元が進む事で、病む者の立場から見たケアという新しい医療のパラダイムを提案する事ができるのである。

教育学部 林朝子先生
白井恭弘著
『外国語学習の科学：
第二言語習得論とは何か』
岩波書店
【所在】 図・開架・PB/人・
仏語仏文学/教・国語教育
【請求記号】 807/Sh 81

「英語を中学高校大学と勉強しているのに、どうして話せないのだろうか」と感じている人は多いと思う。外国語学習が成功しないのは何故か。本書にはその疑問に対する答えが分かりやすい表現でまとめられている。学習を左右するのはやる気?!日本語は邪魔なだけ?!外国語学習の成功への秘訣を知り、英語以外にも様々な外国語を効率的に身につけ、ぜひ異文化間での楽しい意思疎通へとつなげてほしい。勿論、外国語学習だけでなく、言語教育全般に関心のある人にもお勧めである。

医学部 太城康良先生
竹内修二 著
『からだ解剖学：
まるごとわかる自分のからだ』
池田書店
【所在】 図・開架・図書
【請求記号】 491.1/Ta 67

解剖学は入門者にとって、用語の多さと構造をイメージすることの困難さから、敬遠されがちな学問である。しかし、本書は人体の構造について約80の項目を身近なトピックに関連付けて易しく解説している。構成も一項目が本文とイラストの見開き2ページで完結し、どのページからでも、小間切りの時間でも読みやすい。専門用語には読み仮名も振ってある。一寸した雑学を増やしつつ、人の体に興味ある方に学部を問わずお勧めする。

工学部 北川敏一先生
福岡伸一 著
『生物と無生物のあいだ』
講談社
【所在】 図・開架・図書
【請求記号】 460.4/F 82

分子生物学の研究者である著者が、ウイルスの存在、DNAの分子構造と複製機構、生命体を作る原子・分子の動的平衡、細胞内外への物質の移動のしくみなど、生物学上の重要な発見・解明の物語を通して、生命の神秘を分かりやすく論じたものである。「生命とは何か?」という問いかけに対する答えを追求するだけでなく、過去の研究者達がそれにまつわり展開したドラマが平易な文章で描かれており、高度な内容でありながら専門外の読者にも面白く読める1冊である。

生物資源学部 伊藤進一郎先生
濱谷稔夫 著
『樹木学』
地球社
【所在】 図・開架・図書/
生・森林生物循環学
【請求記号】 652.7/H 26

1950年代に出版された「樹木学」以来の、樹木学を本格的に学ぶための教科書である。この書籍は、「基礎編」と「樹芸編」に分かれており、樹木に関する基礎から応用まで幅広く記述されている。樹木学だけでなく、植物学に関する最近までの参考文献が多数整理されており、また索引も充実している。樹木学や植物学を学ぶ研究者や技術者だけでなく、「樹木学」を基礎から学びたい学生諸君にとっては、是非手に置きたい書籍である。

共通教育 中田康行先生
モーム 著・中野好夫訳
『人間の絆』
新潮社
【所在】 図・開架PB
【請求記号】 933/Ma 95/1-4

英国の作家モームの代表作「人間の絆」は若い頃の内面を書いた自伝的小説で、最長編である(1915年刊)。主人公フィリップは幼少期に両親を失い、叔父に引き取られ、身体的欠陥故に種々の劣等感を体験するが、立派な大人に成長する。青年期に叶わぬ女性関係に悩むが、やがて人生にはたいした意味はなく、自由に人生の絵模様を描けばよいと認識する。結局、サリーという平凡で健康な、天真爛漫な女性と結婚し幸福になる。人間とは何か、いかに生きるべきかを問う作品である。一読を勧めたい。