



## 疲労ストレス計 MF100 導入事例

"自分を客観的に知ることができて良かった"と  
お客様が喜ぶ声を頂きました。

ラジオ波温熱ケアサロン pikake 代々木店  
オーナー：中村志帆様

ラジオ波温熱ケアサロン pikake は、ラジオスティム、遠赤外線ドーム、酸素 BOX、よもぎ蒸しやアロマセラピーなど『からだを温め巡らせるコト』『こころを温め巡らせるコト』に集中特化したメンテナンスケア事業を展開されています。

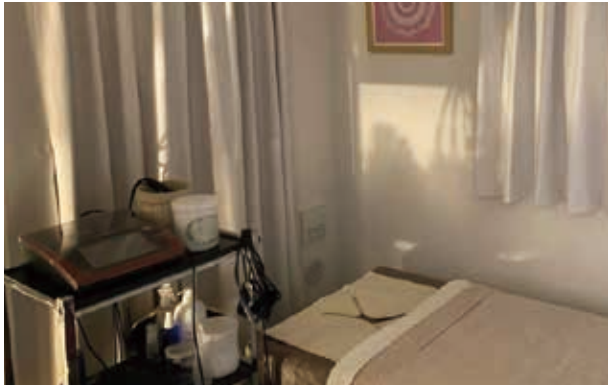
施術だけでなく、今のご自身の状態を知覚できることを目指したカウンセリングを重要視しており、自律神経測定装置を用いた効果の可視化にも力を入れていきたいと考えていらっしゃることから、MF100 の活用について、オーナーの中村さんにお話を伺いました。



体温上昇と血流促進効果にも着目。体感頂くだけでなく、視覚化することを目的

### —ラジオ波ケアサロンを pikake をオープンしたきっかけをお聞かせください。

私自身が大病や適応障害を経験したことから「再発しないための免疫力を下げない暮らし方」を模索していました。その過程で「体を温める」ことの大切さを再認識し、温めるにはラジオ波温熱療法しかないと思い、看護師を辞めて「ラジオ波温熱ケアサロン pikake」名張サロンをオープンしました。オープンは一大決心でしたが、現在は代々木サロンもオープンできました。今後は研修制度を整備し、他施設で温熱ケアを活用いただけることを目指しています。



### — MF100 を導入された理由について教えてください。

「体の冷えと心の冷え」に自律神経の働きが大きく関わっている事に注目していました。

ご存知の通り自律神経は意識ではコントロールできないものですが、自律神経を整えるために意識的に関与できる方法があります。pikake では、それら方法の中でも「呼吸」に着目し、さらに「ラジオ波温熱ケアの施術」をすることで体温上昇と血流促進効果にも着目しました。

「呼吸」と「温熱ケア」に着目した施術の効果を、体感頂くだけでなく、視覚化することを目的に MF100 を導入しました。

### —サロンでどのように使われていますか？

ラジオ波温熱ケアの施術の前後に測定しています。

施術後により良くなる方、逆に悪くなる方もはっきりと視覚化できるようになりました。施術が疲労やストレスに働いてしまう方にはその方に合う施術法を見直すことに繋がり、施術者にも良い知見が得られるようになりました。

施術前は「温める目安」をお客様と施術者で認識を共有。  
日々の生活習慣などの振り返りをしていただけることがメリット

### —お客様の反応・感想をお聞かせください。

自分を客観的に知ることができて良かった、とお喜びいただいています。また、施術前後の自律神経の状態を視覚化したことで自律神経への自意識が高まり、お客様が自ら冷え改善のための行動変容に繋がられていて、その結果、便秘改善や良眠、ダイエット等の結果も出やすくなってきています。

### —MF100 をご購入いただいたメリットはどんなことですか？

施術前は「温める目安」（大量に発汗していただくのが良いか、じんわり温めてリラックスしていただくのが良いか）をお客様と施術者で認識を共有できることです。

施術後は、想定通りの施術効果が得られたかの確認ができることです。もちろん、施術前より交感神経優位になり元気になる方、副交感神経優位になりリラックスな状態になる方、自律神経機能が高まる方、下がってしまう方、様々で、想定通りとならない方もいらっしゃいますが、その方とはなぜ想定通りとならなかったのかのお話をする中でお互いに疑問を解消して施術を終えています。だいたい、想定通りとならなかった理由がなんであるかはお話をすればわかります。施術だけでなく、日々の生活習慣などの振り返りをしていただけることがメリットではないかと思います。

また、私自身のケアが出来るようになりました。

私自身も施術をする前や1日の終わりに測定を行い、「冷えない体と心をキープ」するために活用しています。

施術前にはリラックスした状態になるよう心掛けています。そうあることでお客様にフラットな状態で施術ができるようになり、より一層施術することが好きになりました。



データ収集を図り、他の講座や研修に活用したい。

### —今後、MF100 をどのように展開予定でしょうか？

今後は、更にデータ収集を図り pikake メソッドのカウンセリングや温電法を用いたマインドフルネスのセルフケアの講座などオリジナルの研修に活用していきたいと考えています。またこれらを活用できるセラピスト養成講座もはじめたいと思っています。施術後は、想定通りの施術効果が得られたかの確認ができることです。

#### 【インタビューした会社】

pikake 代々木サロン

facebook : <https://www.facebook.com/profile.php?id=100005018955302>

Instagram : <https://www.instagram.com/oteate.lab/>