



### [プロフィール]

富田 綾 (とみた あや) 1973年生まれ  
長女・長男の4人家族

主に接客業に従事、前職はデイサービスで介護職員として勤務  
趣味は息子のサッカー観戦・娘の演奏会鑑賞・映画鑑賞  
笑顔を見る事が好きです

幼稚園や小学校で読み聞かせをしたり、デイサービスで大先輩の方々のお話を聴くことが好きな私でしたが、ミオンパシーに出会い、技術を習得してから今まで気にならなかった筋肉に目がいくように!

硬くなった筋肉が緩む瞬間が大好きです。

## ミオンパシーセラピストになって思うこと

今まで、人間の身体について深く考えることもなく、疑問を持つこともあまりなく過ごしてきました。筋肉を動かすことによって身体が動くこと、また食べているもので自分の身体が作られていることなど、ミオンパシーの技術だけでなく栄養の事も学んできました。とても大切なのに当たり前すぎて忘れがちな事を、皆さまと一緒に見直していきたいと思いました。

また、特に成長期でスポーツをするお子様は、筋肉が硬くなることによって痛みが発生し怪我をしやすい状態になる事が多いと感じます。今のうちから、栄養面を見直し・ミオンパシーを取り入れていただければ、痛みを我慢しながら過ごしたり悔しい思い・悲しい思いを減らしていけるのではないかと感じます。

## パートナーとして

多くのお客様と接して思うことは、才能溢れる方・一生懸命で真面目な方・ボランティア精神に溢れる方・ご家族の為に頑張っている方、皆さまお一人お一人の素晴らしい個性。その皆様のお手伝いをさせていただき、軽くなった!痛みが軽減したと喜ばれる事に幸せを感じます。しかし身体を守ろうとする筋肉の仕組みは変わりませんので、負荷がかかったり急激に伸ばされると硬くロックしてしまいます。

そこで皆様にもセルフケアをしていただいたり、栄養面・生活習慣も変えていただく必要があります。しかし生活習慣を変えにくかったり、なかなか出来なかったりする事などもあると思います。より良い状態で生活していただけるよう、一緒に考え乗り越えていきたいと思っています。

## ミオンパシーを通じて

痛みの少ない、笑顔溢れる日々へ…  
一緒に一歩ずつ歩んでいきませんか?