

100年後のアーユルヴェーダのために、今できること ～地域に根づくアーユルヴェーダ拠点づくりの提案～



及川史歩

Shiho Oikawa

ダンヴァンタリ アーユルヴェーダ スクール
校長

アーユルヴェーダは近年、日本においても体質診断、食事法、オイルトリートメント、スパイス、ヨガ等を通じて広く知られるようになってきた。一方で、その広がりはいくつ断片的であり、資格取得、商品に直結した広告、美容、癒しなど流行語として消費されうる危うさも併せ持っている。

本来のアーユルヴェーダは、食事、睡眠、排泄、季節、年齢、土地、身体の手入れ、心の状態、人間関係などを含め生活全体を総合的に捉える知である。したがって、日本社会においてアーユルヴェーダを長く根づかせるためには、単発の講座や施術、商品販売だけでは不十分であり、地域の中に継続的な「受け皿」を作る必要があると考える。

トークセッションでは、三鷹で進めている教育、食、地域連携、広報、健康相談と施術の取り組みを一つの事例として紹介しながら、他地域・他施設でも応用可能な「地域におけるアーユルヴェーダ拠点」モデルを提案する。

具体的には、

- ① 学ぶ機能
- ② 食べる機能
- ③ つなぐ機能
- ④ 伝える機能
- ⑤ 守る機能
- ⑥ 触れる機能

の六つに整理する。

「学ぶ機能」では、アーユルヴェーダを知識や資格としてではなく、生活の中で誠実に扱える人を育てる教育の重要性を扱う。「食べる機能」では、日本の季節や食材を通じて、アーユルヴェーダを日常の食卓に接続する可能性を考える。「つなぐ機能」では、農家、作家、食材、器、食べる人など、作り手と受け取り手の間に生まれる地域的な関係性、協働を取り上げる。「伝える機能」では、言葉とデザインが信頼形成に果たす役割を考察する。「守る機能」では、薬機法、食品表示、広告表現など、日本社会で安全にアーユルヴェーダを広げるための、関係法令に沿って適切に運営する重要性を確認する。「触れる機能」では、施術を通じて身体を整えて生活を豊かにするアーユルヴェーダケアの可能性を述べる。

すべての地域や施設が、教育、食堂、施術所、物販、国際連携を一度に備える必要はない。月一回の勉強会、季節の料理講座、セルフケアの会、地域の農家との協働、言葉を整えた発信など、小さな機能から始めることができる。

本セッションの目的は、特定施設の事業紹介ではなく、アーユルヴェーダを一時的なブームで終わらせず、日本の暮らしの中に長く根づかせるための社会実装に向けたモデルを共有することである。

100 年後に残るものは、商品や流行ではなく、人、場、言葉、暮らしと信頼である。そのために今、各地域でどのような受け皿を作ることができるのかを共に考えたい。

略歴

2011 年インド国立グジャラート・アーユルヴェーダ大学（現 ITRA）卒業後、カルナータカ州マニパル大学パンチャカルマ科にて研修。同年、日本アーユルヴェーダスクールにて講義を担当しながら、ハタイクリニックにてアーユルヴェーダ医としてコンサルテーション開始。2015 年、ITRA パンチャカルマ修士課程入学、リウマチ性関節炎とパンチャカルマ療法について研究し、2018 年修士課程修了（M.D.Panchakarma）。2025 年、ダンヴァンタリ アーユルヴェーダ スクールを設立。現在、古典における正統なアーユルヴェーダを日本人に教育すること、安全安心なディナチャリヤ実践の普及、古典的アーユルヴェーダを理解し、現代日本で実践することを目的としたいくつかの研究会、勉強会を主催。日本人セラピストたちと日本人が日本で受ける日本流のパンチャカルマ、アーユルヴェーダ療法を実践・普及することに力を注いでいる。

所属団体等

日本アーユルヴェーダ学会理事
NPO 法人日本アーユルヴェーダ研究所理事

称号・資格

インド政府認定アーユルヴェーダ医（B.A.M.S.）
パンチャカルマ修士（M.D.Panchakarma）