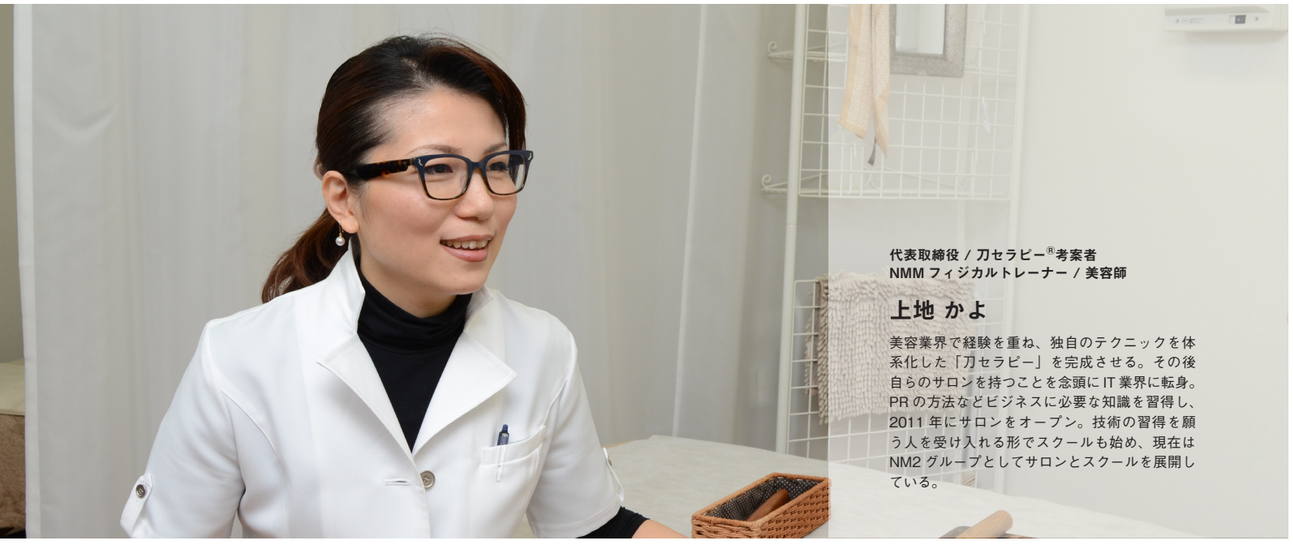
心と笑顔の交流を生む Interview サービス



代表取締役 / 刀セラピー®考案者
NMM フィジカルトレーナー / 美容師

**上地 かよ**

美容業界で経験を重ね、独自のテクニックを体系化した「刀セラピー」を完成させる。その後自らのサロンを持つことを念頭に IT 業界に転身。PR の方法などビジネスに必要な知識を習得し、2011 年にサロンをオープン。技術の習得を願う人を受け入れる形でスクールも始め、現在は NM2 グループとしてサロンとスクールを展開している。

# 骨格筋へ、深く効果的にアプローチ「刀セラピー」でしなやかな体へ

刀を模した木でボディトリートメントを行い、心身のさまざまな悩みを改善へと導く刀セラピー。そのメソッドには、リンパドレナージュや整体、深層筋に働きかけるロルフィングなどの幅広い技術が融合され、「一度受けるとやみつきになる」と口コミで評判が広まっている。

▲ 実際に刀セラピーを体験する相原さん

▶ 刀セラピーで使用する刀型の木は 4 種類あり、そのうちの一番小さい刀【SS】

Company Data>>

**株式会社 エヌエムツー**

〒 114-0015
東京都北区中里 2-11-3 SK ハウス 1F
TEL 03-5814-6977

**NM2 Physical Academy & Net Shop**
URL http://nm2.jp/

## 日本で生まれた新しい施術法

**相原**　まずは、サロンで提供しておられるという「刀セラピー」について教えてください。

**上地**　刀セラピーは、私が考案した新しいボディトリートメントの手法です。幼少の頃から、近所のお兄ちゃん達とちゃんばらごっこをしたり、友達の家にある日本刀を触ってみるなど、日本刀に触れる機会がよくあった私にとって、刀は身近な存在でした。物心ついたころから肩こりで、刀の鞘で肩をほぐしたりもしていて（笑）。そんなこともあって、社会に出て美容業界に入り人を癒す仕事に携わるなかで、もっと効果的な方法はないかと考え刀に着目。自分自身の体で試しながら、少しずつ刀の形状を活かしたボディトリートメントのメソッドを完成させていったのです。

**相原**　刀そのものを使うのですか？

**上地**　セラピーに使うのは、日本刀を模して作った木の道具です。樫を素材に職人が一つひとつ手がけたもので、トリートメントを施す体の場所や目的別に 4 種類あります。身体へのアプローチを計算し尽くした形状で、刀の緩やかなカーブがボディラインにフィットし、萎縮した筋膜を伸ばし、硬くなった筋膜に弾力を与えてほぐしていきます。特長は、木を使うことで小さな力でも深層部や凝った箇所に効率的に力を加えられること。施術者の力が最小限で済むと共に、お客様にはダイナミックにその効能を体感して頂けます。

**相原**　刀のフォルムが最大限に活用されているんですね！木ならではの温かみもあって気持ち良さそうです。

**上地**　刀の本体部分は体のラインにフィットするように設計していますが、先端は指圧の感覚をより正確に再現するため、私の親指をかたどったつくりになっています。刀セラピーには揉む、ほぐす、流すといった基本的な施術から経絡ツボ押し、凝りをつぶす、叩く、筋膜を剥がすなど、ハンドで行う全ての手技が含まれているんですよ。その一連のメソッドによりリンパの流れを促し、ドレナージュ効果も生み出します。毒素を排泄して血行を促進するため、凝り固まった体が楽になるだけでなく、スタイル改善や肌ツヤのアップなど、美容にも大きな効果をもたらすんですよ。

**相原**　なるほど、美容と整体との中間に位置するトリートメントと言えますね。

## 「必要」から生まれる自然の流れ

**相原**　駒込の駅前に拠点を構えられた理由はあるのでしょうか。

**上地**　駒込にはもう 10 年以上住んでいまして、いつしか「地域の人に恩返ししたい」という思いが芽生え、自然とここに決めていました。嬉しいことに、一度来てくださった方がご友人や知人に紹介してくださるという形で、オープン以来、営業の必要がないほど多くのお客様が足を運んでくださいます。

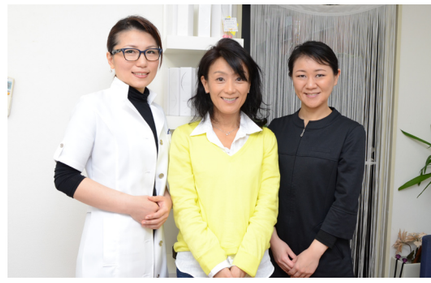
現在は「NM2 フィジカルアカデミー」としてスクールを運営し、生徒さんに刀セラピーのメソッドを伝授しているのですが、それも自然の流れから。施術後「体が楽になった」「気持ちが明るくなった」と喜んでくださるお客様のなかに「施術を教えてほしい」と熱心に通ってくださる方が現れ、スクールという形にしました。無理矢理に道を拓くのではなく、そのときのタイミングで必要なことが生まれ、その流れに身をゆだねることが今の私につながっています。

**相原**　しかしスクールで教鞭を執ってサロンでも施術をするとなると、毎日お忙しいでしょう。

**上地**　忙しいのは事実ですが、両方を並行して運営することで、サロンに寄せられたお客様からのご要望や感想をスクールでの教えに生かせるのが強みです。お客様の生の声を聞くことは私にとって大きな刺激になりますし、お客様と接することなく机上の理論だけを論じるスクールはしたくないと思っています。刀セラピーは私が創り出したもの。その施術を広めるうえで、常に大きな責任を感じますね。

**相原**　この施術を受けられるサロンは現在、何ヶ所ほどあるのでしょうか。

**上地**　こちらの直営サロンのほかに、同じ駒込に生徒さんが開いたサロンが 1 軒、長野県にも 1 軒あります。私自身、たくさんのお客様に支えられてサロン運営の基盤をつくることができました。お客様から感謝の言葉を頂くたびに、私は皆様を助けているのではなく、助けられているのだと実感しています。スクールで技術を伝授する根底には「支えてくださる方、そして社会に少しでも恩返しをしたい」という思いがあります。志を持って自分を高めようと努力なさっている生徒さん一人ひとりが自立して、一生この技術で生活していけるだけのスキルを持てるよう、努めていきたいですね。



**相原**　では最後に、お客様へのメッセージをお願いします。

**上地**　心身の悩みを持つ方が、笑顔で過ごせる時間が増えるように願っています。特に、いろいろな方法を試したけれど、どうしても良くならないという方こそ来て頂きたいですね。刀セラピーはいわば、私が生んだ私の子どもです。この子が独り立ちして世の中に息づいていくよう、これからも自分の持てる力を注いでいくつもりです！

また今後は多くの人に刀セラピーを知って頂けるよう、この施術の啓蒙活動にも力を入れていきたい。導入を検討して頂ける医療関係者や整体・整骨院のオーナー様がおられましたら、ぜひ一度、ご連絡を頂ければと思います。

### NM2 で扱っている商品

**金時生姜ハチミツカルニチン**

体を芯からあたため、体質改善をサポートするサプリメント。一般の生姜と比べて香りと辛み成分を 4 倍近く含む金時生姜、良質なビタミンやミネラル、アミノ酸を豊富に含むハチミツ、燃焼をサポートする L- カルニチン、巡りを良くするヒハツエキスを配合。継続して摂取することで、便秘の解消や疲労回復が実感できる。

**シルフ ベール マッサージクリーム**

メラニンの過剰生成を抑えるフラーレン、美白を導くビタミン C 誘導体、シワやたるみを防ぐ EGF など、6 つの機能性美容成分をたっぷり配合した美容クリーム。上地氏が、肌のたるみに悩む母のためにつくった美容クリームだ。大切な人への愛情がスタート地点にあるからこそ、妥協なくエイジングケアを追求した。

Guest Comment>>

**相原 勇（タレント）**

対談中、フェイスへの刀セラピーを体験しました。思わず「痛い！」と声に出してしまう場面もありましたが、施術後は顔の凝りが消え、口角が上がって驚きました。すっかり気に入ってハンディ用の刀を購入し、毎日使っています。またお土産に頂いた美容クリームのシルフベールとサプリメントも大活躍！肌の潤いを実感しています。