

第26回JPHMA コングレス

『横浜たまプラーザセンター』

瀧澤菜美

たきざわなみ

JPHMA認定ホメオパスNo.1091

ZENメソッド修得認定No.0527

JPHF認定インナーチャイルドセラピストNo.0392

**死にたい思いが消えたパニック症の改善
ホメオパシーとヒプノセラピー（催眠療法）の可能性**

©2025JPHMA 瀧澤菜美

35歳 3児のママ（8歳・5歳、0歳）

死にたい思いが強いということで
ヒプノセラピー（催眠療法）のセッションから
インナーチャイルド癒しに
取り組んでいるクライアントです
2024年6月より

主訴

1・実両親との親子関係

両親の支配や囚われから抜け出せない

2・パニック障害

主な症状は⇒急な不安感、吐き気、動機、めまい

パニック障害になってからは些細なことでもパニックになる

3・PMS（月経前症候群）

4・漠然とした不安感・死にたい想い

ご両親や旦那さんとの関係について

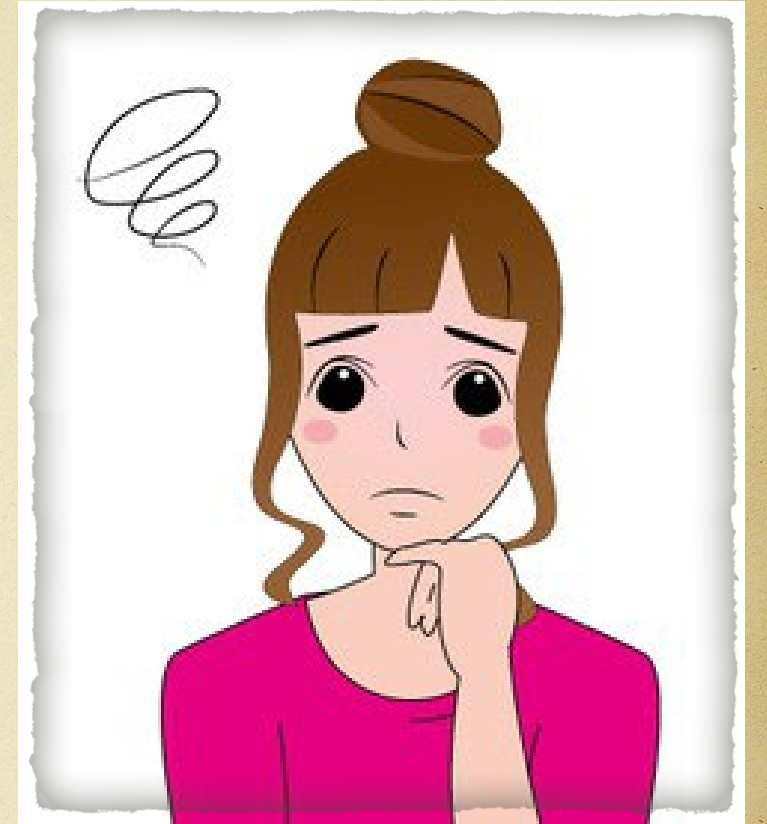
両親の支配や囚われから抜け出せない

両親・夫から受けてきた存在否定から

疎外感、劣等感、怒り・恐怖・悲しみが強い

母との共依存関係から両親に会うことへの恐怖心があり

パニック発作、威圧的な人が苦手



育った家庭環境で 現在に影響していると感じる事がありますか？

両親に言われるがままに育てられてきた
親の言うことは絶対だった

両親の激しいケンカが多く、怖かった

一番辛かったことは？

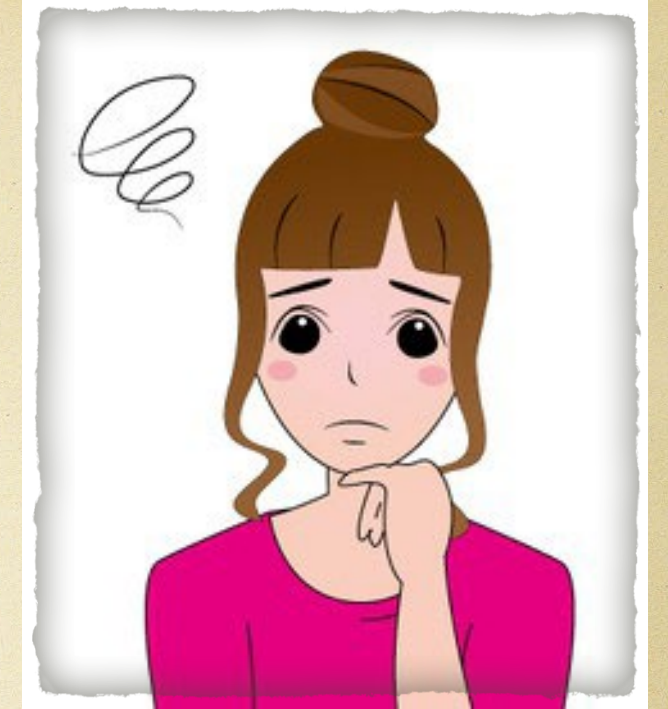
『あいつさえいなければ…』と

自分の存在を否定されたこと(両親、夫)



パニック症について

暗いところが怖い
災害や緊急地震速報



両親。夫。夫の両親や親戚（身内）・病気や死

経緯

パニック障害→大学4年のとき、運動部で主将代理を任され、大会が終わった数日後にパニック発症。4年間で治療終了(断薬)。その後、夫の精神的DVにより(たぶん)再発。
東日本大震災、些細なことでもパニックになる。

どんな時が不安になる？

心気症（病気不安） 自分の体や健康にすごく**不安**になる

お金がないことが不安

何事も**不安**になりやすい。不安症である

経緯

1人目の出産時に、**妊娠高血圧症**になったのをきっかけに
極度の**病気不安**になり、生活に支障が出るほど
ほぼ毎週か隔週で病院を受診しまくる日々が続く

(2人目は**切迫早産**で入院ながらも、高血圧症にはならず
出産し極度の病気不安からは解放される。)



現在の使用中の薬 (2025/6月)

ジェイゾロフト、コンスタン、エビリファイ (精神薬)
アレグラシングレア (花粉症)、ビタミン剤など

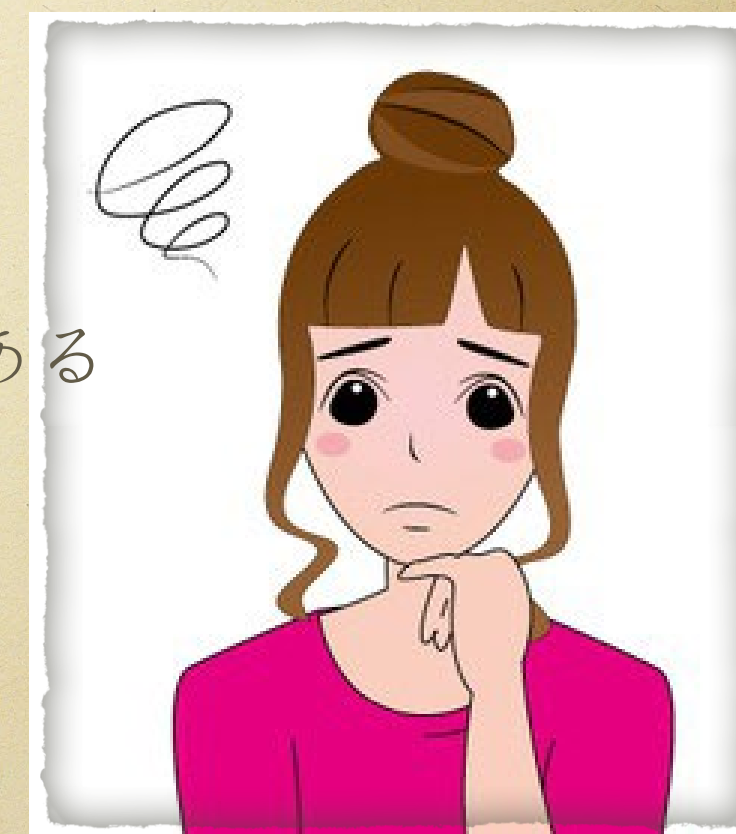
医師からは、**コンスタン**は依存性のある薬なので、**エビリファイ**に移行できれば～
とされています。が、試せておらず、全く移行できていません 😅まさに依存している

薬を飲み忘れて、軽いパニック状態、**口渇感**と**軽いドキドキ**があり

買い物をして人と話していると忘れられ、**耐えられる程度**の症状**週3～5**くらいある

漠然とすごい不安になってソワソワして、**慌てて薬飲む** **週1程度**です。

ひどいやつは、あまりないけど **1ヶ月に1度 前後**の頻度です。



これまでの病歴

鼠径ヘルニア、アレルギー性鼻炎、喘息
パニック障害、花粉症、妊娠高血圧症
腺腫様甲状腺腫、期外収縮、 PMS
(月経前症候群)
卵巣嚢腫(妊娠によるもの、切除済)
皮膚症状

どんな自分になりたいですか？

自分に自信があって
不安にならず

しっかりと意思のある人になりたい



手法と取り組み【催眠と波動】

©2025JPHMA 瀧澤菜美

ヒプノセラピー（催眠療法）のテクニックを理論的に学びながら
自己催眠（セルフヒプノ）の実践であるインナーチャイルド癒し
（感情癒し）にに取り組んでいるクライアント様です

日常生活の中で感じている負の感情は、記憶情報から紐解くために
イメージ（感性）を使っていきます

ただし、大抵は、思い出したくは過去の傷、トラウマです

イメージするのも難しいパニックの症状などは、

自然の力（ホメオパシー）を取り入れることで、自ら然りと自
然と湧き上がり、スムーズに記憶と感情を解放して、症状を

根本的に癒すことができます

ヒプノセラピー（催眠療法）とは、

時間と空間を超えて自覚できない意識（潜在意識）へ、誘導していく技術です。思考だけでは、分かり得ない自覚できない「潜在意識」にある記憶情報から、過去に抑圧してきた「感情」や「想い」紐解き、解放していきまます滞らせている（過去）を解放することで、体の巡り・循環を取り戻します。幼少期の記憶・インナーチャイルドや、過去生からのパターンや課題、未来の望みや未来生からも、記憶情報を紐解くことができるので左脳的な考える力（思考力）だけでなく、右脳的な感じる力（感性）の質を上げていくことができます。左脳も右脳も使うことで腑に落とせます。

囚われは、記憶情報から解放すると、体も心も癒されます。本来の自分の力を現実的に取り戻すことができます。画期的な手法になります。

ヒプノセラピー

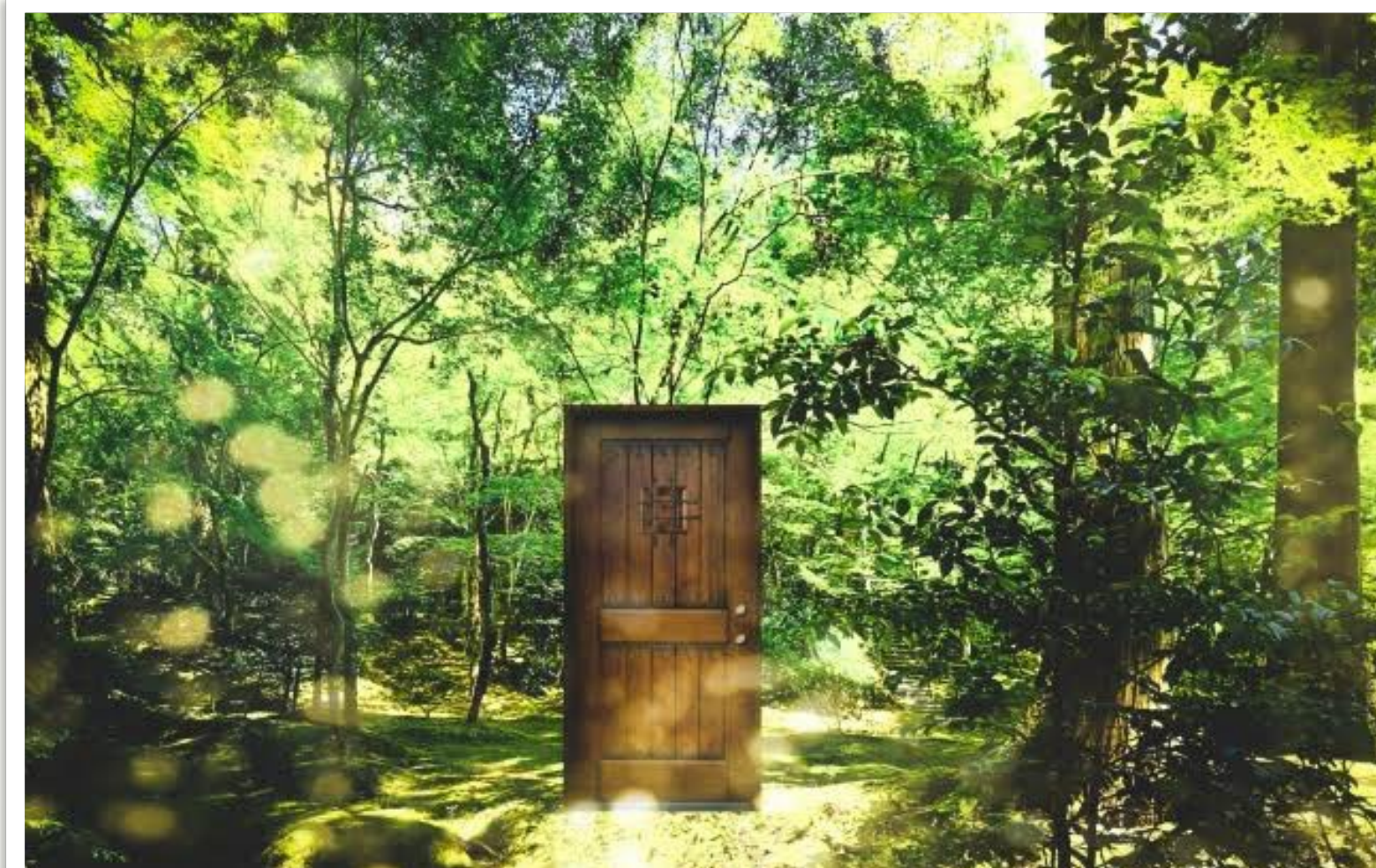
魂の記憶・過去の記憶を
パワフルに癒していきます

- 過去生（前世）●胎内記憶
- 幼少期退行・更年期の癒し
 - アカシックレコード
 - インナーチャイルド癒し
- ハイヤーセルフ●臓器との対話
 - 夢の続きや解説・願望実現
 - 亡くなった方とのコンタクト

催眠心理療法とは

無自覚な意識（潜在意識）が
時間と空間を超えて

過去の記憶を旅するように
古い扉を開けていくことで、情報をリセット
解放していくことができます



人生の新たな扉を開けてゆきます

脳波

©2025JPHMA 瀧澤菜美



リ
ラ
ッ
ク
ス
さ
せ
る

γ (ガンマ) 波 (極めて荒い状態) ...32.5Hz 以上 超ストレス波。

B (ベータ) 波 (荒い状態) ...32.5Hz ~ 14Hz 緊張やストレスを感じている。

α (アルファ) 波 (緩やかな状態) ...14Hz ~ 7Hz リラックス状態、意識レベル高く活発

ミッドアルファ波 (波がだいぶ緩やかな状態) ...11Hz ~ 9Hz

意識的右脳全開 リラックス 超集中 天才脳 アート スポーツ選手 ひらめき (7.5Hz 宇宙創始 赤ちゃんの脳波)

θ (シータ) 波 (波がかなり穏やかで眠たい状態) ...7Hz ~ 4Hz

無意識的右脳全開 うたた寝。深い瞑想状態やまどろんでいる状態。記憶力や学習などに適している

δ (デルタ) 波 (最も穏やかな脳波) ...4Hz ~ 0.5Hz 熟睡している時の脳波。

ノンレム睡眠



やり方は、イメージをみていく

©2025JPHMA 瀧澤菜美

- ①見える（視覚・ビジュアル）
- ②聴こえる・匂う・味わう（聴覚・嗅覚・味覚）
- ③感じる（触覚・体感）

なんとなく～～で👍（右脳）感覚を使って
セラピストが誘導するイメージに集中していきます
変性意識（催眠状態）から時間を超えて記憶に繋がり
意図的に変容することができます

1回目相談会 TBRより

©2025JPHMA 瀧澤菜美

こちらを含めて

- 1 : 815# 3. 全般 - 1. 精神 (および気質) - 4. 識覚 (意識) - めまい(目がくらむ):
- 2 : 642# 2. 系統 - 5. 心臓血管 - 1. 心臓 - 動悸: - 不安感、を伴う:
- 3 : 227# 1. 部位 - 2. 胴 - 1. 首(および喉) - 首の腺(および顎下腺:リンパ節および唾液腺): - 甲状腺(甲状腺腫を含む):
- 4 : 1063# 3. 全般 - 3. 全般 - 1. 全般 - 反応性(生理的な) - 過剰な(アレルギー、など):
- 5 : 249# 1. 部位 - 2. 胴 - 3. 腹部 - 内腹部 - 鼠径部(および鼠径輪): - ヘルニア:
- 6 : 504# 2. 系統 - 3. 生殖器 - 3. 女性生殖器 - 卵巣:

2本のボトルにしました

順位	レメディー	出現回数	度数合計	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Lyc.	6	16	2	4	1	2	4	3			
2	Merc.	6	15	2	3	2	4	2	2			
3	Calc.	6	14	4	4	2	1	2	1			
4	Sulf.	6	12	3	3	1	1	2	2			
5	Bell.	6	12	4	2	1	2	2	1			

1回目適用書（1本目）

急性症状に！粒
レメディー

パニックのような症状が出たら
いつでも使える
お守りにもなる粒レメディー



サポート精神的ショック（レスキュー） 発作の時の
お守りにかわりに

パニック・ショック・恐怖・喉の痛み
死の恐怖・不安・冷え・下痢・寂しさ・孤独・酸素・急場の助け



液) サポート精神的ショック



今回のパニック症・鬱
に良かったレメディー

炭のように
落胆している

●カーボベジ (Carb.v)
蘇生・酸素

●シーピア (Sep)
消えていなくなりたい

●アーニカ (Arn)
事故・怪我・傷

●アコナイト (Acon)
恐怖・ショック

●アーセニカム (Ars)
恐怖・冷え



1回目適用書（1本目）

1日3回 食前に3～5滴お水の中へ入れて



サポートレスキューには、ご神水のレメディーも入っている
パニックの慢性症状の方にはとても助けになる
コンビネーションです

液) サポート精神的ショック

Bonoor-w. (棒ノ折) : 人間のすべてを清浄にする

Nariai-w. (成相寺) 粗末に扱われた悲しみ

粒) サポート恐怖・不安・事故 Arg-n Mag-m バイタルソルト など

+ Merc LM02 TBRより・水銀の解毒

+ Calc-p LM01 軸を作る・骨・自立

+ Adren-c-m-C 30C アドレナリン・自律神経

+ Lyc LM03 自信のなさ・胃腸・ガス腹

+ Lith- m 12X うつ・気分の減退



1回目適用書 2本目 寝る前に3～5滴

ペット15 神経疲労・鬱に良いチンクチャー（薬草酒）やレメディーが含まれます

Passiflora（パッシフローラ）はトケイソウ科の植物。ヨーロッパでは数世紀にわたり、最も有名な鎮静効果のあるハーブとして使われている



ペットシリーズは
動物やお子さん
など

匂いや

アルコールに

敏感な方へ

低刺激のシリーズに
なります



MT)ペット15 ダイオスコリア&パッシフローラ

Kali-p. / Ph-ac. / Valer. / Aur. / RX すべての感情

+Tub LM03 アレルギー体質・結核傾向・先祖から

+ Caust LM02 ～べき・～ねば

+ Sep LM04 消えたい・ホルモン・月経前症候群

+ Vanad 6C 心の葛藤・過食・神経衰弱

1回目結果

○パニックの薬を飲まなくても大丈夫な時間が増えた

○PMS（月経前症候群）が軽くなって、
イライラしたり感情の波に
だんだんと振り回されなくなってきた

○死にたい気持ちが消えてきた！！信じられない
こんなふうになると思わなかった

催眠療法ヒプノセラピーの実践と結果

(2025/2)

クライアントが信頼する友人であり

ヒプノセラピスト（私の生徒さん）がセッション誘導

主訴 パニックになると、

締め付けられる感覚

→セラピー後、消える

手法（過去生と未来生ヘイメージ誘導）

過去生→初めての試みでしたが、すぐに浮かんできたのは、幸せな過去生
家族や身内と仲良くいつまでも一緒にいたかった思いや願いを叶
えていくと、驚くほど号泣しすぎてスッキリと心が晴れていく

未来生→パニックもすでに完治し、やりたいことをやっている！未来の
自分をリアルに想像していくと、気持ちよくとっても癒された

過去生という概念の捉え方と考察

©2025JPHMA 瀧澤菜美

ZENホメオパシーで大事にされるインナーチャイルド癒しは、病の根本の理由にもなりえる。幼少期からの感情の抑圧と、そこにある信念体系を解放を、潜在意識と繋がる肉体に巡りをもたらすことができる

病や症状は、そこにある滞ったエネルギー（過去）を教えてくれているため、今、観て、感じることで、過去は、今に動きだす滞ったエネルギーは、巡りと循環を取り戻す、デトックスを促す 症状や病は必要なくなっていく、症状が緩和していく

過去生をみにいくと・・・予定に反して、幼少期の自分が出てくることがよくあります、つまり、インナーチャイルド癒し（感情癒し）を自ずと促すことになる。特に幼少期に、傷やトラウマが強い方は、過去生からのイメージの方が浮かびやすい傾向にあり、良い結果に繋がる可能性もある

ホメオパシー&ヒプノセラピー体験談

(2025/2月)

初めての
過去生退行で
古い記憶から
びっくりするくらいの
涙が出て
スッキリした

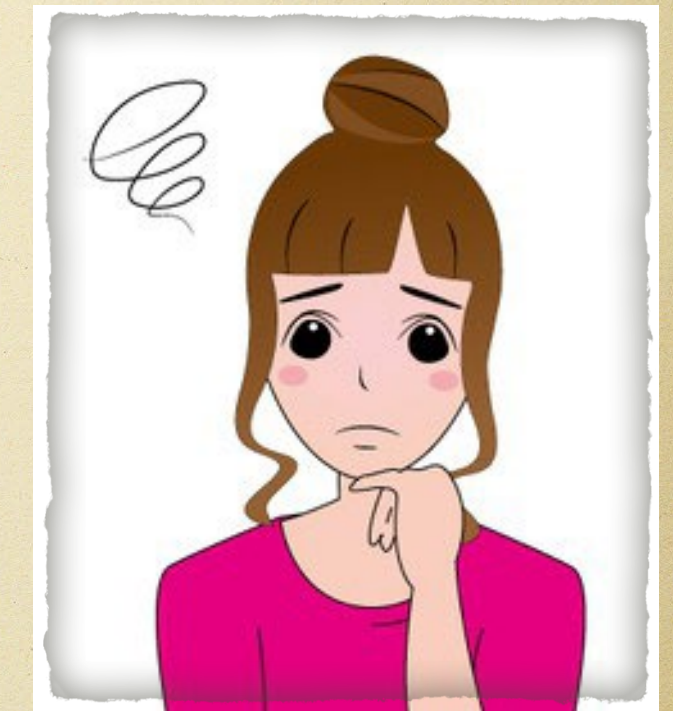
©2025JPHMA 瀧澤菜美



2回目ホメオパシー相談（2025/3）

引き続き

- ・薬に頼らない生活がしたい
- ・パニック発作に負けたくない
- ・自信を持って不安にならず
- ・自己肯定感を高めたい
- ・自分に意思のある人間になりたい
- ・免疫力を高めたい



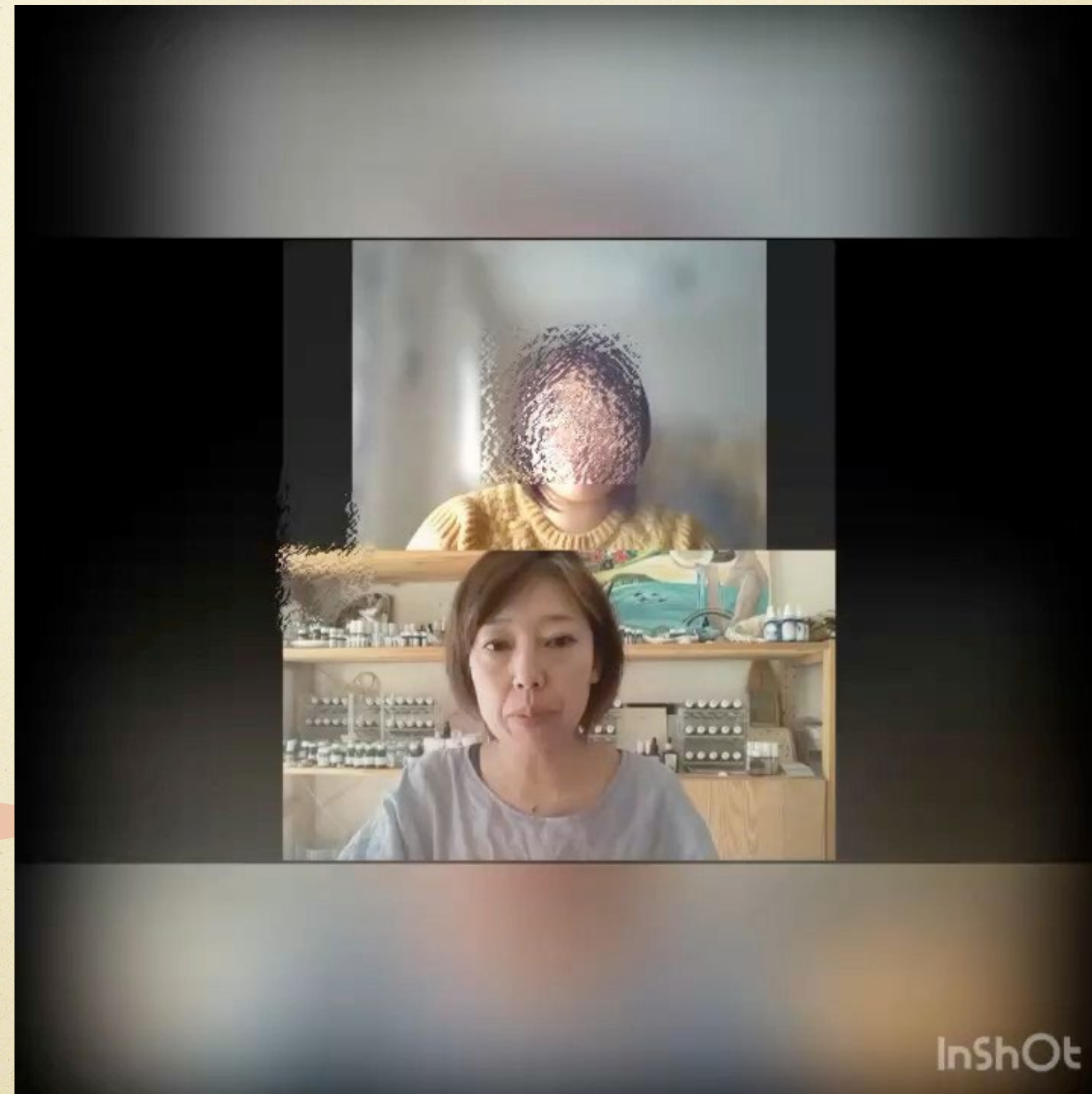
ホメオパシー相談会

ヒプノセラピー感想報告動画

(2025/2月)

赤ちゃんの以来の
軽さ！！

楽になった
ホメオパシーへの
信頼や関心も
高まっている



2回目適用書（3本目）

©2025JPHMA 瀧澤菜美

1日3回 食前に3～5滴
お水の中へ入れて

サポート干渉

親の干渉が強かった
支配的だった
そんなテーマで作られた
サポートボトル

過干渉な親の影響
境界線が引けない
自信がない 依存心など



Gemo チャノキ: カキノキ

: コントロールされたくないインチャ

MT ゴーヤ: 過干渉、自己中な親に育てられた人

スイカズラ: コントロールしてくる相手を許す

液)サポート干渉

+ Ars 1M 病や死の恐怖・不安症

+ Lith-m 6C うつ症状

+Kali-i LM03 甲状腺・ホルモン分泌・排毒

+Merc LM04 ワクチンや薬の排毒・皮膚の乾燥

+ Gels LM05 パニック症・体と心の重さ

2回目適用書（4本目）

©2025JPHMA 瀧澤菜美

1日3回 食前に3～5滴
お水の中へ入れて

サポート筋膜
古い過去のトラウマが
溜まる筋膜をサポート
しています。
体の緊張を緩めながら
古い記憶を
解放していきます



Gundar-w.（軍荼利川）

カルマ、障り、魂の傷を修復する

Urashim-S.（浦嶋神社の祈り）

大きな悲しみを感じ、エネルギーが
とどまった人のエネルギーの流れを元に戻す

などなど神水がたくさん入っています

液)サポート筋膜

- + Lith-m 30C うつ症状
- + Adren-c-m-C 200C アドレナリン
- + Sep LM06 皮膚症状
- + Ars-i 12X アレルギー症状
- + Bism30C 過去生からのテーマ
恐怖・胃腸

初回の相談から1年ほど経ち

○パニック障害

ときどき起こる吐き気と動悸→サポートレスキューで改善あり
薬も服用中だが、レメディーにも頼りつつ、症状も落ち着いている診断。
引き続き、レメディーを取りながらお薬を減らしていきたい

○PMS（生理前症候群）

→ボトルレメディーを摂り始めてから、感情の波が穏やかになった。
生理前の頭痛もなくなった。

○漠然とした不安感

→ときどきあるが、ボトルレメディーやサポートレスキューで改善

初回の相談から1年ほど経ち

○ご両親との関係→幼少期から続く親からの支配から抜け出せない母との共依存関係から両親に会うことへの恐怖心があったが、

ヒプノセラピー、セルフヒプノでかなり改善。

以前のような両親や夫からの圧迫感がなくなり支配されてるふりをしつつも、心のなかでは支配から切り抜けた感じ！

「私は私の人生」と捉えられるようになった。

あんなに支配されて、怖くて、嫌だった母に、優しい言葉をかけて

あげたい気持ちになってきました。その返事が、どんなであろうと、

お前に何がわかるんだと言われても、綺麗事だとか、感情をぶつけられても、なんだか受け止めて聞いてあげられるような、不思議な気持ちです

初回の相談から1年ほど経ち

©2025JPHMA 瀧澤菜美

○旦那さんとの関係→こちら、大きく改善！！

以前は、旦那と互いに相容れない関係が続き、旦那への恐怖心も強く、話し合いなんてとてもできない状態でしたが、現在は、対等に話せる

ようになりふざけ合えるような関係。家のことや子どものことにも

協力的になってくれ、家庭がとっても穏やかになりました💖

→ときどきあるが、ボトルレメディやサポートレスキューで改善あり

減薬成功！ 2025/10月

©2025JPHMA 瀧澤菜美

ジェイゾロフト、コンスタン、エビリファイ、漢方薬

軽いパニックや耐えられる程度の症状

週3～5 → 月に1回～数回

漠然と不安になったりソワソワしたり

週1程度 → 月に1回（PMSぐらいの時期・薬は飲まなくて平気です

酷いパニック

1ヶ月に1度 → 先月ゼロに！！！！ ✨

先々月までは、月に1度あるかないか、2ヶ月に1度とか。



クライアントの感想

○心持ちの変化

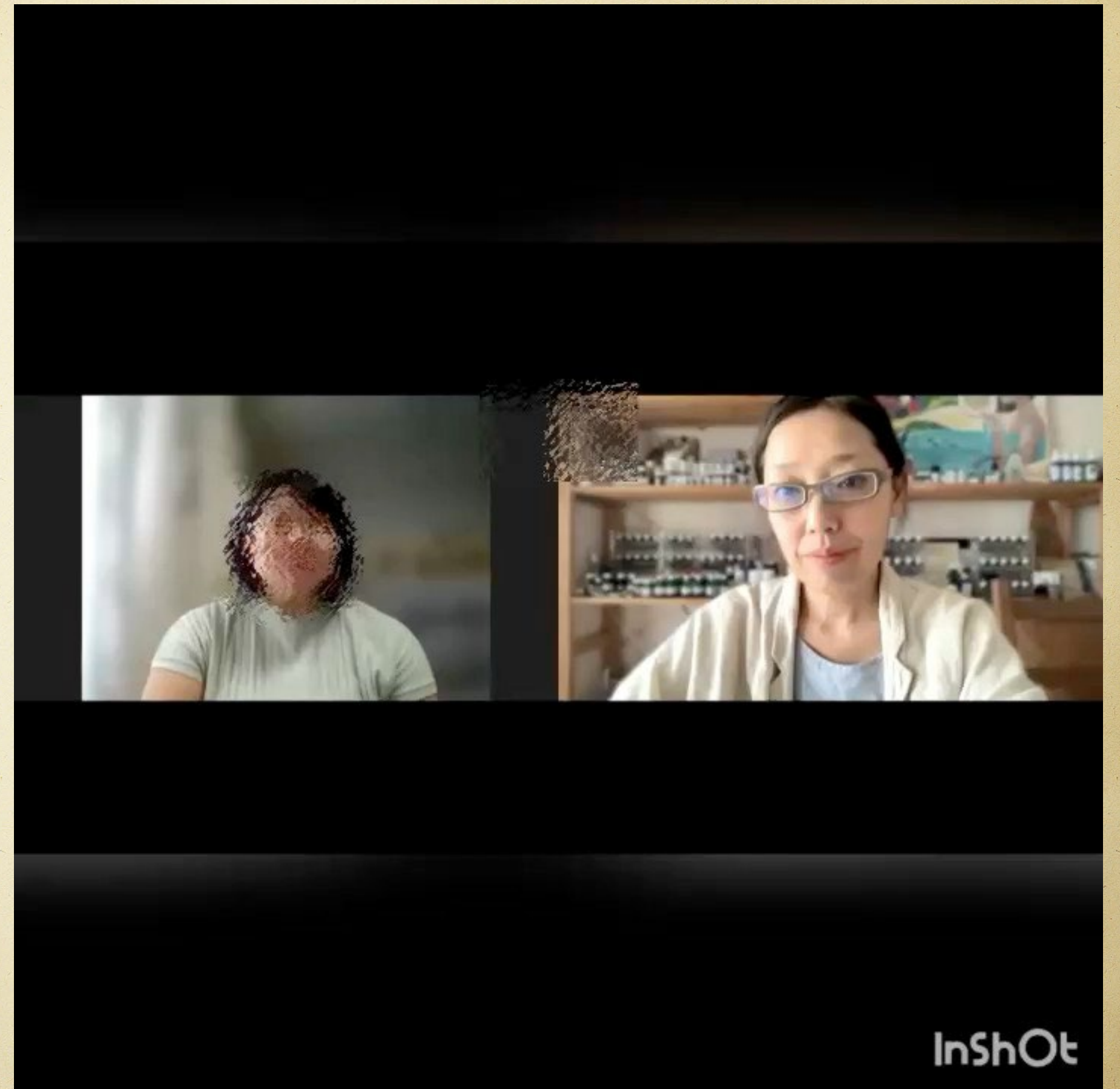
以前は、何かあると「全部自分が悪い、全ての元凶は自分だ」
「死んでしまいたい、いなくなりたい」だったが、

→「私は私のままでいい！ 自分の人生は、自分で決められる！
もっと自分を大切にしたいんだ！」と思えるようになった。

何より死にたい気持ちがなくなったのは夢のようです！！

1年半後の感想&変化 2025/10月)

その後の変化
自分を大事にできる
夫がかなり変わった！
相談ができる
家事をやってくれる
激変！



結論

死にたい思いが嘘のように消えて、今では積極的に行動できるようになり、植物療法士（フィトセラピスト）に興味が出て、勉強し始め、今は、夢と希望を持って本格的に仕事にしていきたいと思っています

激変！と言ってもいいくらい変容した様子を彼女の友人であり
ヒプノセラピスト**K**さんは、この改善に、かなり感動しています。

頑張り屋さんで、我慢をしてきた方ほど、その能力を生かせず
自分を責めている傾向が多く・・・自然の力（ホメオパシーレメディー）
に助けてもらいながら、**内なる自己と繋がる**自分との再構築をして
いくと、家族との関係も劇的に良くなっていきます

ZENホメオパシーの感情癒し（インナーチャイルド）は**催眠療法**の
本質を捉え、病の根本的な気づきをもたらす無限の可能性を
秘めています！！！！！！

JPHMA認定ホメオパス 横浜たまプラーザセンター

身近な人たちからホメオパシーの相談・急性の症状に対して
ホームキットを使いレメディーを選択できる
「ファミリーホメオパス コース」を開催しています

全国どこからでも
お問合せ



個人相談
オンラインセッション



横浜たまプラーザ
センター長

担当ホメオパス
瀧澤菜美
(たきざわなみ)