



# 太子堂 TimesSquare

タイムズ・スクウェア

Vol. 1  
2007.7月

## 続 やまい一〇メモ一

下肢の特徴

院長 小林詔司

下肢の一番下は足の裏です。

最近では「リフレクソロジー」と称して、足の裏のマッサージや指圧がもてはやされています。

これは、足の裏に刺激を与えることで、体に反射的な作用をもたらそうというものです。

この治療法の歴史は意外と古く、エジプトの時代からあったとも言われます。

東洋的な考えに基づけば、体のどの部分も全身を現していますから、足の裏で全身を判断し、そこを指圧するなどして体の異常を治すことにも一理があります。

しかしその指圧の強さに問題があり、もし圧が強すぎると体には過剰の反射刺激となり、全身のバランスを崩すことになりま。

その典型的なのがハイヒールなのです。ヒールの高さが高くなればなるほど、足の趾(ゆび)つまり足の底にかかる圧力は強くなり、体に歪みが出てくるのです。

ヒールの高さは、低ければ低いほど体には負担がかからないものなのです。

## やまい一〇メモ

付録

臍のこみ

臍は神闕という大事なツボです。

「神」とは易経には陰陽で測ることがで

きないものとするされています。

「闕」は城壁や土塀の一部がU字型に窪んだところ、門両側にある中央の欠けた高樓を示す言葉です。

解剖学的には、母体と繋がっていた臍帯が、出生後切り離されて、体に残った部分の周囲が締め付けられて壊死、脱落した時の痕跡が臍という訳です。

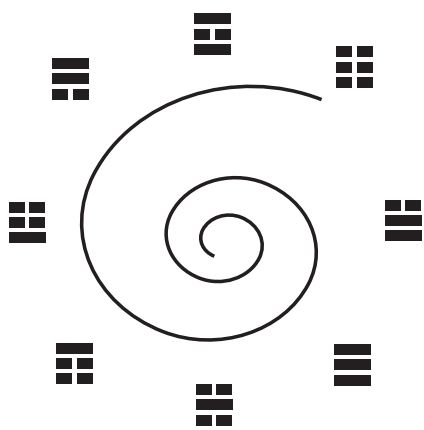
哺乳類にはすべて臍がありますが、人間は皮下脂肪が発達して周囲から特に窪んで見えます。

臍の垢は綿棒にオリブオイルなどをつけて拭き取るようにし、取れにくい場合は、ふやかすなどして、無理やり剥きないように気をつけます。

臍をいじるとお腹が痛くなると言われているのは、すぐ下にある腹膜を刺激して腹膜炎を起こす可能性があるからです。

神の居る窪みです。清潔に保ち、むやみにいじらないことが大切です。

(文責・の)



## 積聚治療と腹診

高橋大希

腹を触ることに始まり腹を触ることで終わる積聚治療ですが、だれもがこんな患者さんに必ず遭遇していることでしょうか。

今回はそんなよくいる患者さん達との治療のやりとりを紹介いたします。

## VS患者さん



①「ちよつとお腹を見せてくださいね。触られて痛かったり不快だったら教えて下さいね。ここは痛くないですか？こちらと比べどうですか？」積聚治療ではよく聞く患者さんとの会話である。「ここを押されると一番痛いようですね」と確認し、ではうつつ伏せになってもらいましょう、と思っていると患者さんから一言。

「先生、私胃が悪いんでしょうか、それともお腹のどこが悪いんでしょうか」「先生、先生……」。身体の異常をお腹で確認する積聚治療。お腹を触って痛いところがあっても、必ずしもお腹の問題ではないのです。

②お腹を触れることになると、患者さんはいろんなことを教えて下さいませ。「ここを押されると痛くないですか？」「先生、こちを押されると痛いわ」「いえいえ、今押しているのはどうですか」「いえね、先生あたしこちのお腹がね、」「そうではなくて、今押しているのは……治療者の知りたいことと、患者さんがおっしゃりたいことは必ずしもいっしょではありません(笑)。

## BOOK REVIEW

『皮膚は考える』／傳田光洋

岩波科学ライブラリー 二〇〇円

皮膚は臓器である、センサーである、はたまた脳である。と言いきった目次がならんでいます。「外臓」という造語も登場し、資生堂ライフサイエンス研究センター主任研究員としての知識が惜しみなく披露されています。「皮膚は体表から口腔→食道→胃→腸→肛門→再び体表へ繋がっている」ということにピンとくる人はかなり面白く読めるはず。

## 編集部のおすすめ

『鍼灸開業繁栄の秘訣』／塚谷信男

六然社 四二〇〇円

はつきり言って「面白い」です。昭和十一年に発売されたものの復刊ということですが、いつの時代も問われるのはセンスなのだということがよく分かります。

どんなに腕がよくても、まずは来院してもらわなくては始まりません。そして次回も来たいと思ってもらわなくては……そのノウハウを開示しつつ、昭和初期の鍼灸事情を知るのに非常に貴重な資料であることに注目です。

最後に付録として『鍼灸医療開業法・開業の秘訣』も必読です。

(の)

ご意見ご感想は



積聚会事務局  
〒155-0032

東京都世田谷区代沢  
4-7-18 小谷田ビル1F  
太子堂鍼灸院内  
Tel.Fax:03-5431-7077  
E-Mail:office@shakuju.com

まで

## ∞挨拶∞

今年度から七・十一・三月に太子堂タイムズ・スクウェアを発行することになりました。前ページは患者さんに配ることもできる様な内容にしてあります。こちらのページは鍼灸師の方に向けてのコラムを中心に作っていきたくと思っています。記念すべき第一号は心のケアに取り組んでらっしゃる稲森英彦氏にお願いして、「心(陽)」について書いてもらいました。次回は武術をやつてらっしゃる藤原典往氏に「肉体(陰)」をテーマに書いてもらう予定になっています。お楽しみに。前ページの「やまい一口メモ・付録」は発売されている本に対応して資料を掲載していきます。ご意見・ご希望がありましたら、お寄せ下さい。

# コラム

## 心の平安

稲森英彦

今日本では、毎年三万人以上の人々が自らの命を絶っている。若者達はドラッグで身を汚し、三十代の働き盛りのうつ病が増え、親たちの子供への虐待のニュースは後を絶たない。うつ病を始め、様々な精神疾患の罹患率が増加している現実を、私たちはどのように受け止めればよいのであろうか。

戦後、物質的な豊かさを追い求め、駆け抜けてきた日本が行き着いた先の現実。確かに物質的には豊かになった。

しかし人々は、物質的な豊かさを手に入れたことで、あるいはそれを得る生き方を強いられてきたことで、むしろそれらを失う不安を感じ、資本主義の競争原理の中で生きる緊張感に辟易し、生きることの意味の喪失感を味わっているのではないだろうか。

私たちが求める真の幸福とは一体何なのか。

東洋の世界では、真の幸福は私たちの心の中にあるという。

それを知る唯一の方法は、自分の内側を見つめること、つまり心を観察することである。東洋の世界には、その技法が脈々と伝えられている。その技法を「瞑想」という。

瞑想は意識を内側へと向かわせる。ほんの束の間、自分の心を、人生を、外から眺めてみる。

そのとき私たちは何を感じるだろう。そこは普段私たちが感じることもない感情の大海。怒り、不満、寂しさ、悲しみ、不安、恐怖といった感情が渦巻いている。私たちの日々の行為が、この感情に支配されていることを知るだろう。

何故私たちが、人と争い、支配し、また依存したがるのかを直感的に知る。それをただ客観的に「観た」とき、ある気づきが起こる。真の幸福への気づき。

一日の終わりに、ひとり静かな場所に座り、目を閉じてみよう。

そして、ゆったりと息をしたら、思い浮かべてみよう。その日私たちの行った行為、話した言葉、そして感じた思いを。

何も判断せず、ただ静かに観る。たった五分程度のこの習慣が、私たちの人生に、真の豊かさをもたらすだろう。

——心の平安を。



## PROFILE

稲森英彦

瞑想、気功、深層心理学などを研究。鍼灸師として数年間心療内科に関わり、その後、千葉県松戸市に心と体の解放をテーマにした「プラナ松戸治療室」を開設。  
松戸市日暮二一三二

相田ビル五〇二

## お知らせ

◎医道の日本六月号「特集・気管支喘息と鍼灸治療」に会長の原稿が掲載されています。

◎六月二十三(土)・二十四(日)、第十六回日本刺絡学会学術大会が高知共済会館大ホールで開催され、二十三日、会長がシンポジストとして参加しました。

◎今年も八月四日(土)〜八日(水)の五日間、アメリカ・ボストンのNESEAにおいて、会長による積聚治療のセミナーが開催されます。

◎七月十五(日)・十六日(月・祝)、北海道ハイテクノロジー専門学校にて、短期北海道セミナーが開催されます。

◎八月十七(金)〜十九日(日)の三日間、東京衛生学園(大森)にて恒例の夏期学生セミナーが開催されます。

## 編集後記

なんとか第一号ができあがりしました。かなり自分の趣味に走っているところもあるかと思いますが、やっていて楽しいものにしたかったので、大目にみていただけたらと思います。以後よろしくお願いします。

野平由希子