

2018年10月号

へそ按腹普及会

## へそ按腹たより



### 【ご挨拶】

記録的な猛暑と大雨、災害の多い夏が過ぎ、だいぶ涼しくなってきました。夏の疲れが出る上に、朝晩の寒暖の差の激しさで、身体は大きな影響を受けています。風邪引きにお気をつけください。このような異常気象の年はインフルエンザが流行しやすいと聞きます。秋を迎えると、乾燥の季節の始まりです。

寒暖の差、湿度の差が激しいと、足元が冷えて気血が上に集まり、上実下虚になります。上に溜まった気が熱を生み、熱が抜けないうま上部に溜まっていると乾燥(内因)を生みます。粘膜が乾燥します。それが季節的な乾燥(外因)と相まって鼻と喉の症状を定着、悪化させてしまいます。内熱を溜め込まないように、夜遅くまでのパソコンを控えて、目の使い過ぎにご注意ください。

風邪の予防、初期症状の改善には肋骨(心・脾・肺)の淵に指を押し当て、特に骨の下側に指をしっかりと当て、丁寧に按腹してください。また、寒気(ゾクゾク)がする時には、肋骨でも脇(肝)を良く按腹してください。もともとアレルギー体質の方は、喘息や鼻炎を発症しやすくなる時季です。こういう方はへそ周りを拳で挟み込むように按腹なさってください。(10月号 YouTube をご覧ください)生活習慣を少し見直すことと、ゆったり按腹することで、健康で調和のとれたお身体を取り戻しましょう。

### 【活動報告と按腹情報】

#### ガンの痛みが軽減

股関節付近にガンが転移した患者さん、背骨に転移した患者さんの痛みが激減しました。お腹は邪が全体を覆っていて、胃土は板のように張っています。ひょうたん型をした邪の境界線に必ずポイントがあります。仕上げの手法が完成したので、簡単に見つけることができます。数回の治療で痛みが激減し、生活レベルがかなり向上しました。按腹はガンの疼痛にも効果を発揮します。

#### 肝臓ガンの腫瘍マーカー

肝臓に手術で取りきれないガン細胞が残った患者さん。腫瘍マーカーは基準値の50倍以上上がっていました。

倦怠感があり、お腹が張って食欲が低下し、体重が減ってきました。お腹を診ると胃土に邪がプックリと入り込み、右肝のゾーンからへそ付近まで腫れ上がっています。3回治療後、マーカーの数値が半減していました。体調も回復しています。

#### 心療内科

20代半ばの女性。不眠症や頭痛がひどく精神が安定しない。社会人になってから辛いことが多かったようです。心療内科を受診し、カウンセリングを受けたり薬を服用してきましたが一向に良くなり、会話に集中できないためコミュニケーションがうまく取れずに人間関係の苦勞が絶えませんでした。治療を続けるうちに心身ともに見違えるように変わってきました。「今まで辛い思いをしたね。これで大丈夫だよ」と一言声をかけると、涙があふれました。

#### まず肋骨

最初にお腹ゾーンの心脾肺肝の肋骨まわりに打鍼を加えてお腹の緩みを確認します。打鍼は2~3分で良いです。按腹体操でも拳で肋骨まわりをさすります。最近ではへそ裏の背骨の周りも診ますが、やはり重要視するのは肋骨まわりです。どんな人にも必ず施術を行います。

#### 一般定例会のお知らせ

10月17日(水) 9:00~3:00

場所 治療院近くの会場

テーマ「ヘルニア・神経痛」

費用 一般 8,000円 会員 5,000円 要予約

#### 11月17日(土)18日(日)2級セラピスト認定講座開催

秋の認定講座を11月17日(土)18日(日)に開催いたします。今回のテーマは「脊柱管狭窄症」です。再受講のわくもあります。

詳しくは治療院ホームページをご覧ください。

お問い合わせ 【へそ按腹普及会】

電話:03-6206-2666

メール:heso.ampuku.hukyukai@gmail.com

