

2019年6月号

へそ按腹たより



6月

へそ按腹普及会 日本事務局

【ご挨拶】

最近の日中の暑さは記録的な暑さです。まだ5月だというのに、北海道では39℃を越えたそうです。寒暖の差が大きく朝方は冷えるため、風邪をひいている人をよく見かけます。治療院では冷えが足元から入ったために膝痛を患う患者さんが多く来院されています。

そうしたような猛暑が予想されるこの夏の本番を迎える前に、覚悟して乗り切る準備が必要です。

暑さと湿気に弱い人は、心、脾、胃辺りがつまり易いので、普段から上の方の邪を払っておくべきです。また肝と腎(腰に張り付いた大きな脂肪=邪)をいつも柔らかくしておくのと良いです。

水分補給はもちろん大切ですが、冷たい物のガブ飲みを気をつけて、常温にしてゆっくりと飲みましょう。日差しの強い日中は、できれば外出は控え、出かける時には日傘を常備しましょう。ひざ掛けがあれば完璧です。

【活動情報】

耳鳴りと高血圧

5月の定例会のテーマは耳鳴りでした。なかなか難しい施術で、少し高度なテクニックが必要になります。へそ周りの第一の輪から第二の輪にかけて、実の強い中から虚を見つけ出さなければなりません。

やや肥満型の40代の男性、血圧が上は200を前後し、下は100を越える、耳鳴りがジージーうるさいと訴えて来院されました。お腹はへそ周り付近が全体的に盛り上がっています。全体按腹を行うと、明らかに抵抗があり、実邪の塊が存在しています。仕上げの手技を邪全体に施し、丁寧にくま無くゆっくり絞っていく。一ヶ月半程で血圧は正常値に戻り、耳鳴りも軽減してきました。

境界線は、虚の中の実と、実の中の虚として現れます。二通りの反応があります。

へそ裏も実の中の虚を見つけます。

股関節の変形

骨が変形し、痛みが生じます。骨は腎、膀胱と関係が深いです。特に膀胱ゾーンが一番下、恥骨付近まで診るべきです。施術は打鍼か低周波治療器を用います。骨付近の反応は大変難しいです。

肋骨の上に当たる心、脾、肺、肝。指先でさする、タッピングすると骨自体に痛みを感じます。正常な骨は痛みを感じません。

膀胱ゾーン

あちこち反応点を探しても見つからない時は、へその周りから膀胱ゾーン全体を診てください。

パンパンに張っていても、指で押すと力が無い、硬い実でない場合、膀胱ゾーンを丁寧に診ることが大切です。そこにも見つからない時には、へそ裏を良く診ることで、腰を中心とした上下の起立筋のすぐ際を診てください。

パーキンソン病の反応は腎・膀胱ゾーンに出やすい。へそのすぐ周りです。へその上下左右と天枢あたりを良く診ることで。

三焦はへそを中心とした皮膚に当たります。夢分齋曰く「身体全体をくくるもの」です。へそこそ三焦ですが、膀胱ゾーンのとっぺんに位置します。

按腹手ぬぐいできました

へそ按腹で一番難しい場所が骨に張り付いたコリをとることで、へそ裏に当たる仙腸関節や肋骨の背中側、脇腹から肋骨弓は按腹しにくい所です。按腹でぬぐいを用いて、しっかりとほぐしましょう。

按腹体操教室

医師を中心とした健康促進団体において、按腹体操教室を開催いたします。7月27日(土曜日) 午後

YouTube 会員についてのお問い合わせ先

【へそ按腹普及会 (すぎやま按腹鍼灸院内)】

電話：03-6206-2666

メール：heso.ampuku.hukyukai@gmail.com