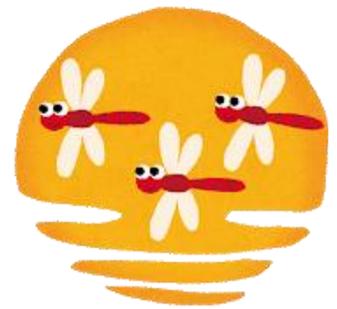


2020 年秋号

# へそ按腹たより

へそ按腹普及会 日本事務局



## 秋号

### 【ご挨拶】

### 【活動報告】

世界的な異常気象が続いています。洪水に干ばつなど被害も甚大で、これから食料不足が懸念されています。日本でも今年は長い梅雨があげると激しい猛暑、台風が来て、既に朝晩は涼しい秋の風情です。こんな時には疫病が流行ると言われてきました。コロナもまだ終息したとは言えない中、インフルエンザが心配されます。引き続きマスク、手洗い、うがいなどの予防をしっかりとした上で、栄養、休養にも気を使いましょう。身体を酸性に傾かせないために（抵抗力が低下する）たばこ、お酒を控え、毎日意識してビタミンCを摂りましょう。普段より一駅多く歩いてみるなど、適度な運動も必要です。

良質な睡眠のためには、お休み前の按腹で交感神経の昂りを鎮めてください。ストレスが緩和され、ウイルスに対しても免疫力が高まります。

ポイントは心から肝です。肋骨周りの邪をなでおろし脇腹あたりにザラつきを感じたら、そこを丁寧に乾布摩擦してください。按腹手ぬぐいが効果的です。困難な時を恐れずに、日々のちょっとした努力で乗りきりましょう。

### しこりが消えた

60代男性の耳の裏側に1センチほどの塊が出来ていました。かなり硬く膨らんで、怪しい嫌な感じがありました。押すと痛み、本人は不安がっています。お腹はへそ周りが硬く、心から胃の上のゾーンに邪が入り込んでいます。

火曳きを目的に、へそ周りの邪を取り除きました。打鍼を使い、心のゾーンからやや胃土にかかる範囲に散ずる鍼と勝ち引きの鍼を行いました。数回の治療で押した痛みは消え、約2週間、5回の治療を施し、耳裏のしこりは跡形もなく消えました。

### 火曳きとは

本来は関元に鍼をして、産後目眩がする時に、上がる気を曳き下ろす手法を言います。産後は確かに下腹が虚になるので、小さい邪を見つけながら関元あたりを補的に施術します

普通の方でも下腹部に実邪があれば、必ずそれを取らなければなりません。散ずる、勝ち曳きの手技で大きな邪を取るのです。（堅い部分を大きく掴んで、上下に揺さぶってください。）

特にへそ周りに強烈な邪が張り付きますから、へそから下腹部全体を良く診て、取っていく必要があります。そうすると気が丹田、関元に集まってくるのです。へそは皮膚であり、粘膜です。言わば人を包み込む皮膚という袋の口であります。絶えず袋の口から新鮮な空気を取り入れなければなりません。人間は皮膚呼吸をしています。その働きを活性化するのもへその働きです。その皮膚呼吸が免疫力アップに欠かせないものなのです。

### リモート会議

海外のシンポジウムも重要な会議も、最近ではリモートで行われますが。

医療関係者が多数の国から集まったシンポジウムでは、患者さん一人一人に合わせたオーダーメイドの治療を目指して、西洋、東洋の医学をいかに融合させるか、活発な意見交換が行われました。中心となっている病院では正式に統合医療科が開設され、へそ按腹も取り入れられる予定です。

国内では、脳を活性化することによって治癒力を高める目的で統合医療を取り入れているドクターを中心に、超波動理論を構築する会議が行われました。人間は約60兆個の細胞から成り立ち、その細胞一つ一つが固有の波動を内外に発しています。その波動が気であると考えられます。

### 今後の予定

按腹体操教室・定例会の開催日時は未定です。

YouTubeのテーマのリクエストをお寄せください。

**YouTube 会員を募集しております。**

**YouTube 会員についてのお問い合わせ**

【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.hukvukai@gmail.com](mailto:heso.ampuku.hukvukai@gmail.com)