

2022 年夏号

へそ按腹普及会 日本事務局

へそ按腹たより



夏号

【ご挨拶】

早々と梅雨が明け、猛暑がやってきました。突然の暑さに身体がついていられない方も多いでしょう。この暑さに身体を慣らすには、汗をかくことが大切です。部屋を冷やし過ぎないように、適度に動いて汗をかかせてください。汗で体温調節ができるように体づくりをしましょう。

水分補給・ミネラル補給は言うまでもありませんが、問題はマスクです。コロナの感染者数はまだまだ減ってはいませんので、人が集まる場所でマスクははずせませんが、人の少ない屋外を歩く時や家の中では、できるだけマスクをはずして生活すべきです。マスクの中で自分が吐いた息を吸うことになり、結果として二酸化炭素を多く含んだ空気を吸ってしまうことになります。慢性的な酸素不足に陥る危険性もあります。またコロナワクチンは空気感染するものだから、マスクなんかでは効果はない、という説もあります。常に手洗い、うがいなどの予防を怠ってはいけませんし、マスクに頼って安心するのはもっと危険だと言えるでしょう。

梅雨時の湿度や夏の猛暑によって不調をきたす人は肋骨の内側をよく按腹してください。自律神経失調の人に共通して、胸脇苦満の腹症があらわれます。

へそ波動按腹

へそ按腹はお腹のマッサージですか？とよく聞かれます。一般のマッサージとの違いが分からないようです。

そこでわかりやすい名称を検討した結果、「へそ波動按腹」と命名いたしました。

お腹のコリを取るには打鍼を上手く使うことが必要です。へそまわりへの打鍼の振動が波動となり、全身の細胞を活性化してくれます。全身の調整機能が高まります。

打鍼は「鍼」と書いていますが、金属の鍼とは違います。木槌を用いて、先の丸い鉛筆のような太さの木製の棒を叩いてお腹の凝りを取る施術です。

一般の方々も使うことができる木製の打鍼棒です。

ガンのお腹はひょうたん型

ある程度脂肪がついているお腹の場合、へその上下に邪実が停滞します。邪実とは簡単に言えば老廃物です。その大きな邪実をどこで取るべきか、いち早く、効果的に、悩み続けてきました。何度も挫折しながら、もう少しのところまで来ていました。30年かけてようやくその答えが明確になりました。胃がんの場合、肝がんの場合、乳がんの場合、少しずつ変化がありますが、それぞれ解明することができてきました。

和の心統合医療

都立駒込病院脳外科部長の篠浦伸禎先生を中心とした「和の心統合医療」が主催する「予防医療勉強会」において、6月11日、按腹の講義を行いました。杉山院長の按腹パフォーマンスは大喝采され、篠浦先生は「これは広めなくてはいけない、本を出そう」などと仰っていました。

皆さまがだれでも、どこでも、簡単にご自分の健康を守ることができるように、長年研究し続けたこの技術をお伝えしていきたいと願っております。この願いが和の心を尊ぶ篠浦先生とつながり、今後「薬を用いない医療」の発展のために尽力いたします。

今後の予定

YouTube 動画を通して皆さまのご質問やリクエストにお答えしてまいります。ご質問・リクエストをお寄せください。

4月のテーマは「目の疾患」です。

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

個人レッスンを随時行っております。

【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