

IMJ 北海道支部ニュースレター

日本統合医療学会北海道支部事務局

〒003-0006 札幌市白石区東札幌6条6丁目5-1 札幌北極病院 図書室内
TEL 011-865-0111(内線1591)FAX 011-865-9719 E-mail jact-h@hokuyu-aoth.org

No.8

統合医療の中の伝統医療としての鍼灸の役割は

(公社) 北海道鍼灸師会 会長 大湊隆次郎

かねてよりはり・きゅうは代替相補医療として総称された中に埋もれていたものが、統合医療の中では伝統医学として又その中にまた埋もれようとしている。これが現在私の率直な感じ方です。何を指して伝統医学と云っているのか今一つピンとこない、鍼灸がその範疇に入っているものと思ってはいるが、他に宗教や祈祷呪いの類までも同一のものとして見てはいないのか? 逆な見方をすれば鍼灸も祈祷などと同一のものと見られているなどと思うのは自虐的過ぎる見方なのか?

自分は決してそうではないと思っている。事実2~3年前にはヨーロッパで鍼灸の効果はプラセボ効果以外の何物ではないとした著書が出、翻訳本が日本でも出たことが有り鍼灸界こそって反発、筑波、明治等医療大学の教授連が反論を展開したのは記憶に新しい所である。

又、現在統合医療を実践している機関で実際に鍼灸を組み込んでいる機関がどの程度あるのか、現場で必要とされ、実際に行われているとの便りが余り聞こえてこないのは、果たして私の情報が不足しているためなのか?

自分は40年に亘る臨床の中で副作用もなくその人のQOLを改善し上昇させることのできる方法であると実感しています。「未病を治す」まさに鍼灸の持つ良さを如実に表しています、こうした素晴らしい物が日本に現実に存在すると云う事を多くの人に知って貰い、そして活用して欲しい、そう願ってこ

れまで活動してきました。その思いは今後も変わることはありません。

医学の潮流が統合医療へ進むのであればその中で鍼灸の果たす役割がどの程度の必要とされているのか、いや、必要不可欠なものと位置付けられる様にならなければとも考えております。

今年の鍼灸師会の学会に「社会保障制度に頼らない医療」「医鍼連携」をキーワードに統合医療センターを設立した医師で薬剤師更に鍼灸学校での勉強も経験した織田聰先生を招き「日本型統合医療と鍼灸の戦略」と題し講演して頂きます。統合医療を日本にとの思いで、米国で2年間研鑽を積んでセンターを立ち上げた先生で、私たち鍼灸の世界にも新たな潮流が生まれてきています。この流れをしっかりと受け止め多くの人に鍼灸の存在を認め、その姿を理解頂きたい。相互理解がより一層流れを強力にし、その発展を支える基になると思います。

長い事評議員を務めながら日々の臨床、組織の代表としての活動の多忙さに追われ、何をすべきかを掴めぬまま、又鍼灸師としての立位置がどの辺にあるかを見つけられぬままに来たような気がしています。今後は鍼灸師の姿、鍼灸師会の活動を発信する事で、皆様の理解を得られ、統合医療の中で鍼灸の必要性が認識される様活動していきたいと思います。各位の寛容なる受け入れとご指導をお願い致します。

私の考える「統合医療」と「統合医療看護の機能」

札幌市立大学看護学部教授 猪股千代子

I. 北海道難病センターでの統合医療実践を通して 統合医療を以下のように考えます。

<Q&Aスタイル>

Q: 西洋医学では人間の病気に対して働きかけるのですが人間のどこに働きかけるのですか。

A: 病気ではなく習慣としての、行動・態度・感情・思考の全ての側面を含む人間の全体（身体性・精神性・靈性）にはたらきかける、養生・癒し志向の医療、生活の場の医療です。

Q: どのような方法を用いるのですか。

A: ①治療者と患者の関係性・ケアリングマインドを重視し、現代医療と代替医療等すべての適切な治療法を用いる医療です。②異分野融合から生み出された自然の法則に則った審美的なキュア・ケアを意識的・意図的に選択し、養生・癒し法としてセルフケアに取り入れます。

Q: どのような健康を目指すのですか。

A: 健康増進、病気の予防、弥栄（人々と共に響きあって健康になる・全体になる）という、ウェルネスを目指しています。人間の健康の奥深さと拡がりを探求する相互行為によって、ケアする人もされる人も、意識の拡張・スピリットの成長をもたらします。

II. 従って、統合医療看護の機能や役割を以下のように考えます。

1. 従来法に「認知・否定的な感情につながる思考習慣に対するアプローチ」を加える。

①思考・感情・態度・行動に働きかけることで症状の進行が抑えられる。

②感動・情緒の発散・心の清浄化によって、人の心は開かれ、自分の思考・感情・態度のパターンを知るきっかけになる。

③思考の習慣に気づくことで、別の思考に入れ替えることができる。

④ポジティブな思考パターンを選択し、養生法を身

につけていくことで、癒され、生命や愛の尊さを自覚して生きる自分になれる。

2. 看護技術に加え「審美的・意図的看護ケアの提供(異分野との融合による理論・方法論の開発)と、その人にとって意味あるケアの創造(TEARTE)」を加える。

①「病気になりにくい自分」、「病気になっても治りやすい自分」を創り上げるための養生法である健康法について多様で柔軟な考え方出会う。

②意識的・意図的な実践と創造：異分野からの支援による行動療法（統合医療ケアの実際：西洋医学とCAM・TMなどの融合による形態変容的治療法、芸術、自然、その他）を創造し取り入れる。

③関係性に価値をおく支援：自己・他者・集団・世界・宇宙・虚空とのつながりへの支援を行う。

④触れる・楽しむという五感へ働きかけるケアに価値をおく：五感への働きかけはケアリングの瞬間（ときめく出会い）をもたらし時空を超えたケアに発展し、響きあい・つながる・全体性を得心し、全き健康を獲得することへと、いざなう。

3. 「人間の健康の奥深さと拡がりを探求する：その人の健康に対する考え方・価値を明らかにすることを支援」するスピリチュアルケアを加える。

①審美的なケアによって、生命や愛、神聖なる存在など高次の精神的な対話が行えるスピリットの成長をもたらすことができる。

②スピリチュアルな健康を支え、生命や愛の尊さを自覚して生きる・あらゆる存在とのつながりを実感して生きる人を送り出す支援を行える機能を看護は有している。

—現在、緩和ケア領域では、以上のような看護は、現実に行われていると考えますが、統合医療の看護では、この様な考え方方がベースになると想っています。(2014年8月25日)

第15回日本統合医療学会（IMJ）北海道支部会

～平成25年10月26日（土）14時から17時 札幌北楡病院講堂にて～

平成25年10月26日（土）札幌北楡病院講堂にて第15回IMJ北海道支部会が開催されました。今年度は一般演題が7題で特別講演が2題、参加者は88名でした。

一般演題①は北海道鍼灸専門学校の高砂壽光先生による「鍼刺激が運動神経に及ぼす影響」と題する発表で、鍼刺激が運動神経の興奮性をどのように調節するかを、6種類の実験により興奮性を示すF波を指標に検討した。鍼刺激による皮膚や筋の痛覚受容器の興奮や、鍼刺激局所の筋への意識の集中が脊髄前角細胞の興奮性を高めた結果が同側鍼刺激によるF波出現頻度の増加を引き起こした可能性がある。

一般演題②は北海道鍼灸専門学校の二本松明先生の「鍼刺激による第一背側骨間筋の誘発筋電図F波の変化は刺激部位の差を受ける」と題し、第一背側骨間筋上にある合谷穴、下腿にある足三里穴への鍼刺激が顔面部にある地倉穴への刺激と比較しどのような差があるのかをF波出現回数と振幅F/M比の増減によって検討された。結果、鍼刺激の部位の違いにより第一背側骨間筋に対応した運動神経機能の興奮性が変化する可能性が考えられた。

一般演題③は北海道鍼灸専門学校の鈴木努先生による「合谷穴への鍼刺激による酸素飽和度と筋硬度の変化の関連」と題し、鍼刺激による筋緊張緩和の機序に関わる血流の影響について、鍼刺激による筋硬度と局所酸素飽和度の変化の関係を検討した。鍼刺激によって刺激側では血流が増加し、反対側では血流の減少が起きた結果と考察された。

一般演題④は日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士の佐藤光子先生による「乳がん術後に対するヨーガ療法指導報告」と題した報告で、53才の術後10ヶ月の女性に対しヨーガ療法指導を行い、術後の運動障害、抗がん剤の副作用の軽減などの症状改善が見られた例を報告された。真面目な性格と長期間の精神的ストレス、更年期という要因が術後経過に影響したがヨーガ療法によって自分自身への理解の深まりを感じ症状が改善していった報告であった。

一般演題⑤は日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士の吉武ゆり先生の「不定愁訴に対するヨーガ療法指導報告」と題し、精神状態の不安定さと胃痛や疲労感などの慢性的な症状がある方に対しヨーガ療法のアーサナ、呼吸法を指導した結果、次第に肉体や呼吸の客観視能力と制御力がついてきた。また瞑想や言語によるヨーガ療法によって、症状は出ても実習者自身で変化を主体的に観察できるようになった。このことからヨーガ療法によって自身を客観視できるようになったことなどが心身症上の改善と社会への適応力の向上につながったと推測できる。

一般演題⑥は陶氏診療院院長・医学博士の陶恵栄先生の「黄帝内經食養生法指導による糖尿病治療成

功事例」と題し、糖尿病患者2例に対し薬に頼らないで、バランスの取れた食生活や規則正しい生活によって血糖値を正常に戻し、普通の健康生活を送っている2例を紹介された。中国医学の治未病の思想は未病に予防、現病に悪化を防ぐ対策で、糖尿病の悪化、後遺症の予防に有効的で持続かつ安全な健康法であることを紹介された。

一般演題⑦は看護師・アロマセラピストの小端裕美先生による「統合医療ヘルスケアシステム開発機構HOKT123研究会アロマテラピーケア5年間の活動報告」と題し、年14回のセッションを神経難病患者と家族に実施している多職種共同チームアプローチで子運行増進活動を行っている統合医療ヘルスケアシステム開発機構HOKT123研究会について紹介された。また精油を用いて行うアロマテラピーの自然療法をセルフケアや自然治癒力を高めるケアとして多くの人に取り入れていただくことを目的としている。

特別講演Ⅰは名古屋大学大学院医学系研究科総合診療医学の伊藤京子先生による「アリゾナ大学統合医療プログラム主催「栄養と健康カンファレンス」の紹介」と題した講演であった。医師でもありアリゾナ州立大学にて統合医療プログラムを終了された先生によるアリゾナ州立大学主催の「栄養と健康カンファレンス」でのトピックスについて紹介していただいた。健康を維持するための食生活や、現代で増えている不妊の原因になっていると考えられるリスクのある食物や妊娠率を高める効果のある栄養素や食物についてのお話で、遺伝子組み換え、化学物質、添加物、魚の水銀汚染、アルミ缶などにより現代人の食生活は日常的に汚染物質にさらされている。オーガニックのもの、素材をそのまま生かした調理、肉、乳製品類の過剰摂取を控えるなどの意識を持つことが健康を維持するために重要であるというお話をした。

特別講演Ⅱは筑波技術大学保健科学部保健学科名誉教授の高橋憲一先生による「物理療法の意義と対象疾患」と題した講演であった。適切な強度で、温熱、水、電磁波、電流、音波などの種々の物理的エネルギーを体に与えて血流の改善、痛みや筋緊張の軽減、関節の可動域の正常化を得る治療手段である物理療法についてわかりやすく説明していただいた。温熱療法には血管拡張や血流増加などの効果、関節や腰痛の痛みの軽減などに効果的であり、電気療法は神経感覚の活性化や筋萎縮の改善、その他慢性心不全後心機能低下の予防などに役立つことを報告された。その他の最近の治療法として、レーザー療法、超音波療法の紹介。また、針治療に関しては、鎮痛や自律神経系の作用がありそれらがどのように作用するのかについても説明していただいた。

古代中国医学名医の「六不治」

陶氏診療院・漢方アロマ療養師育成校 陶恵栄

扁鵲の「六不治」①驕恣不論于理, 一不治也

扁鵲(へんじやく)、2500年前、中国伝説的な五大名医のトップであります。扁鵲の六不治は現代医学の鏡になり、その「六不治」の裏を読むと、病気の予防と健康養生にも大変指導になります。



『史記:扁鵲倉公列傳』曰:“人之所病,病疾多;而医之所病,病道少。故病有六不治:驕恣不論于理,一不治也;輕身重財,二不治也;衣食不能適,三不治也;陰陽并,臟氣不定,四不治也;形羸不能服藥,五不治也;信巫不信醫,六不治也。”

最初の言葉は、人々の疾病の原因が様々、その変化は多様であり、医者が病気の認識、疾病の治療方法が足りなくて、以下の六種類の病人、慎重に対応するべきと言います。所謂(いわゆる)治療しても、無理か、効果が期待できないです。

名医でも、客観的に物事を判断、何でもいいと言わない、とても素晴らしいです。それは自分だけが治療する、伝統や他人の療法を否定する現代医療一部の偏る考え方にはいい教育になります。

「驕恣不論于理, 一不治也。」驕り(おごり)がひどく、欲ばかり、勝手気ままな振る舞いで、物事の道理に従わない状態の人は治療できません。

まさに「病が気から」の現実版です。病気になる原因:病「気」、話しても聞かない、自己中心で、健康養生の基本理念が無視して、いくら親から頂いた健康な身体でも、いつか壊れて病気になり、病死になります。2500年前、有限の医療資源を無駄にしないの考え方でしょう。今医療資源があっても、地球益を考えると、しても意味がないから、しないほうがいいではないでしょうか。

扁鵲の「六不治」②輕身重財, 二不治也

「六不治」の二は、財(お金など)をけちって身体(健康)を軽んじる状態、ちなみに、身体よりもお金を大切にする人は、二番目の「不治」タイプです。

「不治」とは、単なる治療しないの意味ではなく、治療しても効果がなかなかないことや、医者の治療を受けても、本人が治療方法に協力しないことから、治療がしにくい、治療の良い結果が求められないです。

世の中、身体より、お金を大事にする人がけっこります。お金のため、時間、努力、精力を惜しまないで、一生懸命やります。心配するのは、無理して身体の資本まで、犠牲して、成果を出る前、または奮闘最中に、身体が耐えきれなくて壊れてしまうこ

とです。身体の問題で、人生挫折するニュースがしばしば聞きます。そのタイプの人は、お金を増やすなら、何でもやります。身体の健康のため、お金が使いたくないから、治療して、処方しても実行しないでしょう。

今の時代、お金が銀行に預けても、不安で、自分の命、生きている命:生命も他人に預けるではなく、自分で守るしかないです。健康、生命は人生の基本であることをしっかり理解して、健康、生命守る事を人生計画にきちんと入れましょう。

扁鵲の「六不治」③衣食不能適, 三不治也

衣食住を本人の体質、環境の変化に適切にしない人は第三番目の「不治」タイプです。

人が生まれた後、衣、食、住が生命の質、健康に影響する。「黄帝内經」の養生法が、自然に変化、摂理に従うべきと言いました。でも、自然の摂理に無視して、勝手にわがままで、すき放題になると、溜まった邪気が一定程度になると病気になります。その時、原因の改善が第一です。でも、原因改善を指摘しても、無視し改善しない方が治療に向いていないタイプです。

中国医学の健康養生に、「衣・食・住」が大事にします。それは今の生活習慣病予防の基本の考えです。人間の肉体が、直接「衣・食・住」と関連し、今でも薬の飲み方が、「服用」と言い、語源は「服の着方が病気治療の第一方法です。」「衣・食・住」の漢字の順番はその意味を表します。

現代人、寒くなっても、臍だし、腰だし、膝だしなどの行為は、中国医学から見るととも「無知」です。一時の「快感」が、一生の「遺憾」になります。

男女老若、健康は生活の毎日、全ての行為から累積された物です。毎日のことを大事にしましょう。

扁鵲の「六不治」④陰陽并, 脏氣不定, 四不治也

陰陽のバランスが崩れ、五臓の気をとどこおり、陰陽、五臓の気が安定しない状態のタイプは、第四番目の「不治」です。

人は動物の中、最高レベルに登ることは、すべて優れたことを証明されました。人類自分の種を守るために、哺乳類の胎生を選んで、本能的後輩を残す他の動物より、人類が理性の選択にも出来ます。色々な難関を乗り越えて、生まれた個体は生命力が強くて、普段の生活、黙って使っても、40年ぐらい故障なしで過ごせます。

陰陽のバランスが崩れ、五臓の気がとどこおり、陰陽、五臓の気が安定しない状になるまで、よほどの「良くない」習慣、「悪い」努力の続き、やっと出来る状態で、一日、二日できることではないです。

その結果が出来るまで、沢山改善、治すチャンスがあるはずですが、それでも出来ないこと、その望んでいない結果の原因が、身体正しく使うときの

常識、生活の習慣の間違い、それは習慣になり、悪い習慣を直すことの難しさが考えられます。中国の諺があります。「泰山好移、本性難改」(中国の名山—泰山移すことがかなり難しいけど可能です、それより難しいことは人々の性格の改善することです)。2500年前、名医がはっきり明言し、性格の変化が難しいことです。

いくら頑張って、名医も「不治」というほどならないように、健康養生を意識してください。

扁鵲の「六不治」⑤形羸不能服藥, 五不治也

身体が衰弱しきって、薬さえ服用できない状態のタイプ、治療が向かないです。身体の健康は先天と後天に分けて話します。先天とは、個体誕生する前、妊娠時、両親の健康状態と妊娠時のお母さんの身体健康の影響を言います。より良い子孫を残すため、自然界が強者を選び、一夫一婦制の現代社会、自分の最高健康状況作るのは最低要求です。生まれた後、後天の健康状況は、すべて環境の影響です。



正しい健康知識を持っている両親、家族、学校、社会の指導であれば、幸運です。でも経済優先、大量生産、大量消費、プラス人々の欲の膨張、不健康な生活習慣、健康有害の食品が氾濫して、最後のチェックの自分が、チェックの権利を放置して、年数を重ねて、身体の健康バランスを崩し、それでも無視すると、治療の最終手段、薬を飲むことさえ出来ない時、神の手を持っている名医でも、なすべくことも出来ないです。

先天の病弱は親のせいと言うなら、後天の損害はほとんど自分の責任です。よく家族遺伝と言われることが聞きます。親の一方が癌の病歴あれば、自分も癌になったら、遺伝と言い訳になります。実は、そう言う言い方が、まったく科学根拠がないです。癌といっても、西洋医学の分類により、沢山さんがあります。親と同じ年、同じ種類癌、親の親は癌がないことから、遺伝とは言えないです。確かに家族の中、がん患者が多いことがしばしばいます。生活習慣が似ている原因が大いに重視するべきです。癌も生活習慣病の一種です。生活習慣、環境の中、原因が見つかれば、解決方法があります。

中国医学の治病手順が、まず治病の原因解除すること、その次は刮痧(グーサー)(陶氏療法のメイン方法)、鍼、灸の順番で、それでも病状が改善しないと、最終手段の薬を出します。もし、患者が身体の状況が、薬さえ服用が出来ないなら、治療方法もないと言えます。それは扁鵲の五不治の内容です。

扁鵲の「六不治」⑥信巫不信医, 六不治也

巫(ふ、かんなぎ)は、巫覡(ふげき)とも言い、神を祀り神に仕え、神意を世俗の人々に伝えることを役割とする人々を指す。古来より巫の多くは女性であり、巫女(みこ、ふじょ)という呼称で呼ばれることが一般的である。

巫を信じて医を信じない状態は「不治」の最後タ

イプです。以前、巫のことは、健康に不利になっている特殊の宗教教義を指したこともあります。

医者を信じることは、プロ、専門家の智恵、経験を借りることです。人々がそれぞれの長所と短所があります。健康意識が短所になった方、結果は病気になります。自分で解決出来ない時、プロ、専門家、いわゆる健康意識が高い方の力を借りて、患者の問題を解決し、更に再発しないように、予防医学の知識を指導する、完璧な人生を完走します。



人の長所は生まれ付き、実践するとき、とても楽しいです。適材適用と言う事は、人々の長所を認識し、生かして、最大の効率で、共同事業を完成することです。

人の短所は、知ることが大事です。治すのはとても難しい、苦痛であることです。短所を治すことを辞めて、長所を伸ばし、生かして、短所をカーバーすることを、中国医学の智恵であり、陶氏療法の特徴です。

例えば、人生計画や、財産管理、家庭計画が弱い人、専門家を雇い、または専門家と友人になり、よく相談して、万全な行動を目指して、自分の弱いところを乗り越えます。自分の長所を大いに生かして、最高楽しい人生が出来ます。

体質診断、性格判断、目的が同じで、自分を知ることです。

扁鵲の「六不治」、今日の医学の常識として、すべて通用します。二千五百年前の経験医学の水準の高さが偲ばれる同時に、二千五百年の経過で、人々の健康意識の進化が、あまりにも進んでいないことが残念でした。

簡単に一言で言えば、現代人の身体への理解が、二千五百年前の先祖に超えていないことが、驚くとともに、先祖に学ぶしかないです。

*中国の五大名医:扁鵲、華佗、張仲景、孫思邈、李時珍)



食の機能性に着目した健康への取組み

公益財団法人北海道科学技術総合振興センター（ノーステック財団）参与 常俊 優



わが国の国民医療費は毎年1兆円以上も増加し、平成23年度で38.6兆円になっています。そして、その医療費の半分以上が65歳以上の高齢者の医療費です。その高齢者は20年後の平成42年に約3,700万人になり、わが国は国民の約3人に1人が高齢者という「超高齢化社会」になります。また、年々増加傾向にある生活習慣病、その三大疾患（悪性新生物、心疾患、脳血管疾患）で亡くなる人は年間65万人、糖尿病や高血圧疾患を加えた患者数は1,500万人にもなっています。

このような状況において、いま北海道では「食」が持っている三機能（栄養、嗜好・食感、生体調節）の中の「生体調節」機能に着目し、「医」との連携・融合によって健康の維持・増進・回復を図る取組みを産学官連携によって展開しています。



ノーステック財団ではそのひとつとして、北海道大学の北キャンパス（「北大リサーチ＆ビジネスパーク（R&BP）」）において、文部科学省の競争的資金を活用した「さっぽろヘルスイノベーション Smart-H」事業（年間予算2億6千万円、H24～28年度の5年間）を展開しています。この事業は、人間の体調が「健康－未病（境界領域）－病気」のどの段階にあるのかを早期に把握し、「健康」であればその維持・増進、「未病」であれば“食と運動”、“病気”なら先端医療技術や医薬によって早期回復を図っていこうというもので、特に食の機能性を活用した「未病」段階からの健康回復に注力しています。具体的には、機能性評価手法の開発研究、機能性食素材の探索、健康食品の開発、ヒト介入試験を含む機能性効果の確認とその認証（道の「ヘルシーDO」制度）、植物創薬（イチゴでインターフェロン作製）技術の開発、さらに「ヘルスイノベーションカレッジ」による管理栄養士や健康食品開発企業人等の人材育成にも取組んでいます。

これからは、健康創造に向けて「病院から家庭へ」「治療から予防へ」というパラダイムシフトを図り、健康を自分で管理予防する「セルフヘルスケア」、高齢者のアクティブライフのための「健康寿命」延伸等が必要かつ重要になります。また、病人のQOLを高めるという観点から、近代西洋医学と伝統医学や相補・代替医療との連携による取組みを目指す「統合医療」についても、その役割への期待度が今後ますます高まります。

IMJ北海道支部会員募集

入会希望の方は下記の連絡先まで電話かE-mailにてお気軽にお問い合わせください。

年会費 1000円

特典 支部会参加費無料、ニュースレターの購読

連絡先 IMJ北海道支部事務局

E-mail:jact-h@hokuyu-aoth.org
(札幌北極病院図書室内 TEL:011-865-0111 (内線1590) FAX:011-865-9719)

『旅行中の疲労回復』体験記

北海道鍼灸専門学校 原田 泉

世界各地を歩き回ると、その国特有の「伝統医療」に出会う。中国、カンボジア、タイ、インド、ハワイでは、按摩、マッサージ、指圧等、徒手療法が主流であった。快適な旅をする手段として、気軽に立ち寄れる「現地の治療」が心身のリラックス、元気や快感をもたらしてくれる。

『体験記』

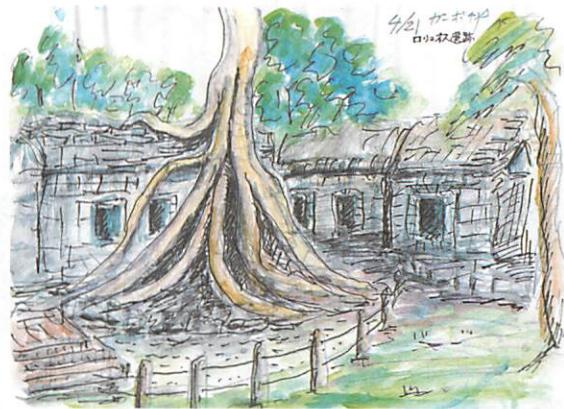
数年前、北京、西安、チベット、ラサに旅行した際、中国足裏マッサージを受けた。薬草を入れた湯桶に両足を入れて椅子に腰掛け、リズムに合わせて20人ほどが一斉に足を揉み始める。心地よいテンポで足指から膝まで丁寧に揉みほぐしていく。薬草の香りとトントントンのリズムで、旅の疲れが足先から抜けていく心地よい気分であった。治療費3千円は中国雑技団(サークัส)の観賞代と同じであった。



中国 万里の長城

アンコールワットがあるカンボジア、シムリアップ市でのマッサージは素晴らしかった。旅行添乗員のお勧めもあり、私自身どの部分が特に疲れているかを告げずに受けてみたところ、的確に揉みほぐしてくれた。言葉は通じなくても、身体の異常な部位を念入りに治療してもらえた。「このマッサージ師は本物だな」と気分爽快ルンルンで宿に帰った。治療費2千円は安かった。

バンコクでのタイ式マッサージは色々なコースがあったが、基本的に高値であった。一番安い4千円コースを受けた。今まで受けた治療では大変ハードな手技で術者が体重をかけ、身体全体を使って伸ばしたり曲げたりで、たまに“痛い痛い”と叫びたくなるほどであった。終了した後は全身が軽くなった。



カンボジア ロリュオス遺跡

インド、バラナスのホテルでは、アーユルヴェーダを体験した。インドに来たら是非受けてみようと思いつ、治療ベッドに横たわった。狭い物置のような所であり良い感じはしなかった。ごく普通のマッサージが一通り終わり、額に油が垂らされ、顔を軽く揉み始めた。温かい油を額に垂らすのがアーユルヴェーダの独特的な治療法だと知っていたから、オイルをどのようにするのかなと期待していたが、見事に期待はずれ……。軽くマッサージをただだけで、「これ本物か?」と怪しく思った。部屋に置いてあったパンフレットには五千年の歴史と書かれていた。料金は1万2千円、一般旅行者の平均額だそうだ。



インド カジュラホ東西寺院

旅行中、足のこむらがえりは足三里を押さえて灸をすれば、その時はほとんど治る。鍼、灸は必ず持参していけば(鍼灸の道具は誠にコンパクトです)、周りの人に即手当してあげられる。治って感謝されるとき、鍼灸師である喜びを感じる。

「礼節」と「心」の人間教育



厚生労働大臣認定・専修学校認可 社団法人東洋療法学校協会加盟校

北海道鍼灸専門学校

入学案内や願書はホームページ上でもご請求頂けます

鍼灸科 昼間部

修業年限：3年間
定 員：30名

鍼灸科 夜間部

修業年限：3年間
定 員：30名

北海道札幌市西区山の手2条6丁目

TEL : 011 - 642 - 5051

FAX : 011 - 614 - 3478

URL : <http://www.shinkyu.ac.jp>

志
高く



営業品目

農業用薬剤、林業用薬剤、家庭園芸用薬剤、ゴルフ場用薬剤、水稲育苗用人工床土、園芸育苗用人工床土、種苗の販売、動物用医薬品製造販売

 HOKUSAN



ホクサン株式会社

〒061-1111 北海道北広島市北の里27番地4 TEL(011)370-2100 FAX(011)370-2050