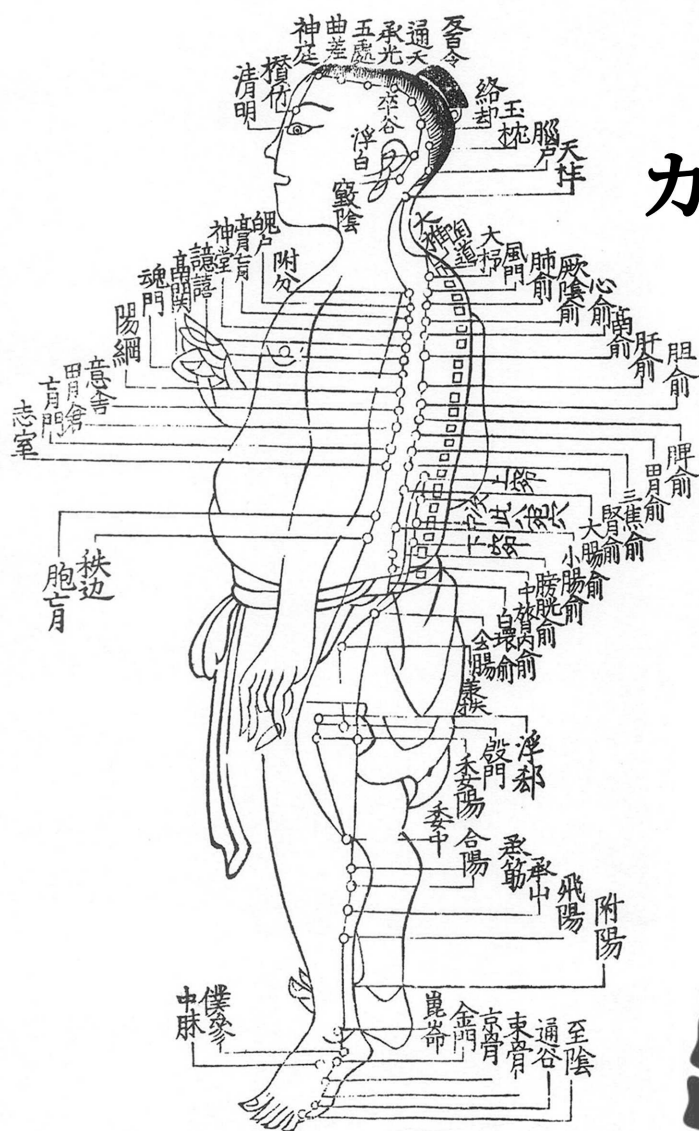


「骨格」を整える カイロプラクティック



「氣」を

めぐらす

鍼灸

カイロプラクティック
ケアセンター

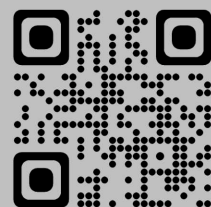


カイロ

×

鍼灸

なにをしてもよくならない方はご相談ください



<目次>

カイロプラクティックケアセンターはカイロプラクティックと鍼灸の専門治療院です ----- 01

- ◆佐々木岌D.C.が1996年に開院
- ◆吉岡広記が2022年4月にはりきゅう部門を併設
- ◆現体制は2023年4月から

なぜカイロプラクティックと鍼灸なのか「顧問の思い」 ----- 01

- ◆症状は「痛み」や「シビレ」だけではない
- ◆総合的な治療ができたなら
- ◆私のカイロプラクティックも引き継いでもらいたい
- ◆鬼に金棒

カイロプラクティックと鍼灸の違い ----- 02

- ◆カイロプラクティックは「外」を
- ◆鍼灸は「内」を

当院だからできること ----- 03

- ◆カイロプラクティックと鍼灸による総合的かつ相補的な治療
- ◆同じ場にカイロプラクティックと鍼灸の専門家がいる
- ◆予約（治療の選択）と治療の進め方

施術者 ----- 03

受 付 ----- 04

施術料 ----- 04

予 約 ----- 04

カイロプラクティックについて ----- 05

- ◆カイロプラクティックの特徴 ----- 05
 - 3つに要約
 - 自然療法
- ◆適応症 ----- 05
 - 代表例
 - 注意事項
- ◆治療について ----- 06
 - 治療の流れ
 - 小児の施術

鍼灸について ----- 08

- ◆このような時に ----- 08
 - 現代医学では原因不明とされてしまう
 - 現代医学では特別な治療法がなく対症治療により経過観察するしかない疾患や症状
 - 手術前の準備、術後の回復、薬物療法の副作用の軽減や継続のための体調管理
 - 勉強や仕事、音楽、芸術、スポーツでの集中力や創造力の向上
 - 日頃の体調管理
 - そもそもどこに相談してよいのかわからない、「こんなことはなかなか人に
言えない」ということを抱えている

◆こんな方に -----	09
なかなか治らない様々な症状にお困りの方に	
前向きになれない方に	
人生をより豊かにしたい方に	
不調の本質を見失っている方に	
妊娠中や小児にも	
自分を大切にしたい方に 一歩先へ	
すべての方に ～生活の一部に鍼灸を～	
◆治療について -----	13
「鍼は痛く」「灸は熱い」ものではありません	
診察	
治療	
鍼灸では難しいと診断される場合には	
◆こどもの鍼灸治療（小児鍼） -----	14
こどものこと	
治療のこと	
保護者の方へ	
◆不妊の鍼灸治療 -----	24
不妊治療の前に	
人は「もの」ではない	
鍼灸の治療	
◆コロナのこと ～鍼灸はコロナ対策に最適な方法のひとつです～ -----	28
はじめに	
感染することを前提に行動すべきこと	
冷静に状況を判断するために ～ 私たちのよく知るパンデミックはインフルエンザ～	
感染予防や拡大抑止では根本的な対応にはならず、はなはだ不十分であること	
体調をととのえていくことがなによりも大事であること	
こんな今だからこそ免疫力を高める鍼灸を	
事後（発病後）から事前（予防）の治療へ	
それでもコロナになってはダメですか？	
追記 1	
追記 2	
追記 3 ワクチンのこと	
施術者より一言 -----	37
院長 吉岡広記 -----	37
◆2025年をむかえて	
◆いきさつ	
◆私から見たカイロプラクティックと鍼灸の違い	
◆鍼灸による治療をお考えの方に	
◆自分を大切に ◆私にとっての鍼灸	
◆経絡治療の効用 ～理論と現実のはざままで～（雑誌より引用）	
副院長 山田恵美 -----	44
◆2025年の抱負	
◆ごあいさつ	
顧問 佐々木炭 -----	45
◆ごあいさつ	
所在地 -----	45

カイロプラクティックケアセンターは カイロプラクティックと鍼灸の 専門治療院です

◆佐々木 峯D.C.が1996年に開院

当院は、顧問の佐々木 峯D.C.が1996年に中区元町から移転したカイロプラクティック専門の治療院です。

◆吉岡 広記が2022年4月にはりきゅう部門を併設

現院長で鍼灸師の吉岡 広記が、2001年4月より戸塚に開院していた[吉岡鍼灸院](#)の本拠を、2022年4月にカイロプラクティックケアセンター内に移し、はりきゅう部門を併設しました。



◆現体制は2023年4月から

2023年4月より元院長の佐々木は顧問に、吉岡が院長に、山田恵美が副院長となりました。なお、佐々木はこれまでどおり13時までは院につめ、治療もしています。

なぜカイロプラクティックと鍼灸なのか 「顧問の思い」

◆症状は「痛み」や「シビレ」だけではない

当院に来院される患者の多くは、「痛み」や「シビレ」以外の様々な症状をかかえています。例えば頭痛、冷え性、便秘、慢性疲労（倦怠感）、花粉症、アトピー、喘息、生理に関する不調、更年期障害など枚挙にいとまがありません。それらのほとんどは、ストレスによるもので、自律神経失調症や精神疾患など病名のつく場合も少なくありません（中には膠原病のような重篤な病気もあります）。

◆総合的な治療ができたなら

私はカイロプラクティックの専門家であり、その適応の症状には対応ができますが、このような様々な症状に苦しんでいる患者の「総合的な治療」ができるわけではありません。長らく感じていたこの思いを実現する機会が急に訪れました。私の患者が吉岡と山田の鍼灸院に長らく通い、また山田が私のもとに治療に来るという縁により、話は一気に進み、当院での「はりきゅう部門」併設に至りました。

◆私のカイロプラクティックも引き継いでもらいたい

吉岡と山田の加入を機に、私の40年に及ぶカイロプラクティックの知識と技術、そして、の

べ10万人を超える患者に支持してもらったこのカイロプラクティックケアセンターを、このまま終わらせることがとても惜しく感じられるようになりました。

そこで、両名に私のカイロプラクティックのすべてを引き継いでもらうことにしたのです。

決して容易なことではありませんが、すでに鍼灸治療をしてきている両名ならば、解剖などの基礎知識も十分にあるため、「見て覚えられる」と思いました。実際、私の見当通り、見事に習得してくれました。このことは両名にとって、そして、両名の治療を受ける患者にとっても意味のあることは疑いようがありません。

私の心身が続く限り、私自身も治療にたずさわり、時間の許す限り、両名とともにさらなるカイロプラクティックの追求を続けていきます。

◆鬼に金棒

ひとりの施術者がカイロプラクティックと鍼灸による「総合的な治療」ができるなら、つらい痛苦のために深く悩み、正常な生活ができなくなってしまうほどの状況にある患者にとって、これほどよいことはないでしょう。それは、施術者にとってもよりの確な対応ができるわけですから、双方にとって「鬼に金棒」と言えます。私も含め、今後も研鑽あるのみです。

カイロプラクティックと鍼灸の違い

◆カイロプラクティックは「外」を

「外」＝骨格・神経・関節・筋肉

「痛み」「シビレ」「動作制限」「くずれた姿勢」などの原因を主に骨格のゆがみズレとそれらによる神経圧迫や関節・筋肉の異常と捉える

骨格のゆがみ・ズレを矯正し、筋肉の緊張や炎症を速やかに解消することで

「骨格」を整える

- ・神経や血管の流れ（機能）が正常化する
- ・結果として「痛み」や「シビレ」がとれ
- ・動作や姿勢も改善する
- ・頭のとっぺんから足の指先に至るまでのすべての関節・筋肉の異常が対象となる

◆鍼灸は「内」を

「内」＝気

様々な症状（「外」の問題を含む）の根本を気の滞り・偏在に伴う（いわゆる自然治癒力の低下による）諸機能の不全として捉える

諸症状の新旧や軽重を分け、日々左右され続ける心身の在り様を、①気の偏在（陰陽）、②蔵府経絡のバランスと風雨寒暑の影響（五行）に整理し、全身的な治療をすることで

「気」をめぐらす

- ・身体の諸機能が活性化される
- ・複数の症状が同時並行的に改善していく
- ・故に身体的な症状だけでなく、精神的な不調も含まれる

共通するのは

人にもともと備わっている「自然治癒力」を後押しすること

当院だからできること

◆カイロプラクティックと鍼灸による総合的かつ相補的な治療

様々な症状は、どれも「内」と「外」に関係しています。「総合的かつ相補的な治療」と言っても、よりどちらに問題がある状態なのか、あるいは両者を問題とすべき状態なのかによって、すべき治療が変わってきます。こうした病態の把握と治療は、「内」と「外」を同時に診ることではじめてできることです。

◆同じ場にカイロプラクティックと鍼灸の専門家がいる

同じ場にカイロプラクティックと鍼灸の専門家がいる、すぐに相談ができる。そして、あなたに必要なかつ適切な治療を見つけていく。そんな当院ならではの治療体制を、是非、ご活用下さい。

◆予約（治療の選択）と治療の進め方

①予約

- ・ 予約の際に、まずご希望の治療法（カイロプラクティック、鍼灸、両者）をうかがい、基本的にはその通りに承ります。
- ・ 今の症状に何がよいかわからないことも多いと思いますので、その際はその旨をお伝え下さい。

②治療

- ・ 診察を通じて適切な治療を判断します。
- ・ 病態や経過により治療の変更や追加を提案することもあります。強要することはありませんので、ご安心下さい。
- ・ 治療法の変更や追加は、必ず了解を得てしていきます。

施術者



院長 吉岡広記

明治国際医療大学卒
吉岡鍼灸院院長（2001年4月）
鍼灸師



副院長 山田恵美

東京医療専門学校卒
吉岡鍼灸院副院長（2012年4月）
鍼灸師



顧問 佐々木 炭

Hong kong National
Chiropractic College卒
D.C.（ドクター・オブ・カイロプラクティック）

この三人で承ります。よろしくお願いします。詳細は後半の「紹介」をご覧ください

受 付

	吉岡（カイロ・鍼灸）	山田（カイロ・鍼灸）	佐々木（カイロ）
平 日	9:00～19:00	9:00～14:00（火・水）	9:00～13:00
土 曜	9:00～17:00	9:00～12:00（戸塚）	*主に相談補佐
日曜・祝祭日	休 診		

施術料

カイロプラクティック		鍼 灸	
初診料	1,000円	初診料	
施術料		大 人	2,000円
矯正施術	4,500円	高校生以下	1,000円
矯正施術・理学療法	5,500円	施術料	
中高校生	4,500円	大 人	5,000円
0歳から小学生	3,500円	高校生	4,000円
回数券		中学生	3,000円
矯正施術・理学療法		小学生	2,000円
5,500 × 5回分 = 27,500円		小学生未満	1,000円
→ 25,000円		別途料	
矯正施術のみ		再診料	最終治療日より1年経過後 （初診料に同じ）
4,500 × 6回分 = 27,000円		相談料	5,000円（30分追加）
→ 25,000円		往診料	往復時間5分毎に100円 （往復＝往きの時間×2）＋交通費
別途料		時間外	1,000円（休診日2,000円）
書類作成代	2,000円	文書料	1,000円

総合治療

当院の目的とする「カイロと鍼灸による総合的かつ相補的な治療」により、諸症状の改善ならびにカイロの治療効果をより高めることを目指す治療です

4,500 + 5,000円 = 9,500円 → 8,000円

*鍼灸との並行治療のため、カイロは矯正施術のみです

*治療は①カイロの矯正施術、②鍼灸の順に進めます

予 約

完全予約制（カイロ・鍼灸とも）

電話またはメールにてご予約下さい

電 話 **045-841-5223** メール予約→



カイロプラクティックについて

カイロプラクティックとは、1895年にアメリカのダニエル・デヴィッド・パーマーによって創始された脊椎や骨盤などの骨格のズレやユガミをアジャスト（矯正）する療法です。より詳しく言えば、構造（脊椎と他の関節、筋肉など）と機能（神経系や血管系）の相関関係を重視する医学であり、痛みやしびれ、こりなどの原因を筋肉や骨格の異常と捉え、徒手によってそれらを正常化することを目的としています。

いまの日本では鍼灸とともに代替医療とされていますが、アメリカ、カナダ、ヨーロッパをはじめとする世界40ヶ国ですでに医療として法的に認知されている歴とした医療であり、保健機関（WHO）が認める治療法でもあるのです。

ろくでもないあやしげな何かではなく、まして怖く危険なものではさらさらなく、歴とした医学に基づく治療法ですから、施術者には高度な専門知識が必要とされます。当院では、世界のカイロプラクティック業界が定める教育水準「国際基準」の大学教育を修了した者（Doctor of Chiropractic）と、そのもとで教育研修を受けた者が施術を行っていますので、安心して治療を受けていただけます。

◆カイロプラクティックの特徴

3つに要約

- ① 骨格や筋肉（構造）の異常を見つけ、それを手技によって矯正する
- ② 神経や血管の流れ（機能）が正常化する
- ③ 人間本来がもっている自然治癒力が活性化することで健康が維持される

自然療法

医学に基づく徒手療法であると同時に、自然療法でもあります

- ・ 身体を部分ではなく、総合的にみて治療する
- ・ 生まれ持った自然治癒力を最大限に活用する
- ・ 心身のストレスをリラックス状態に導く
- ・ 手による脊椎・骨盤・四肢の治療が主体
- ・ 病気治療はもとより予防医学に貢献する

◆適応症

頭のとっぺんから足の指先にいたるまでのあらゆる痛みやしびれ、動作制限が適応となります。カイロでは、それらの原因をおおきく①骨格のズレやゆがみによる神経圧迫、②筋肉の炎症、③それらがあわさったものにわけ、① 骨格の矯正と ② 理学療法（主に超音波治療）により治療させます。

また文字通り①骨格のズレやゆがみを問題とし矯正しますので、主に骨格に規定されている姿勢も適応となり、最も重視しています。

<代表例>



頭痛 偏頭痛
筋緊張性頭痛
顎関節症
ストレートネック
ムチウチ ヘルニア



肩こり
肩背痛
肋間神経痛



急性腰痛(ギックリ腰)
慢性腰痛 側湾症
ヘルニア 股関節痛
すべり症 坐骨神経痛
脊柱管狭窄症



膝痛
変形性関節症
O脚 X脚
肉離れ



肩関節周囲炎(五十肩)
頸肩腕症候群
野球肩 巻き肩



肘痛
テニス肘 ゴルフ肘
肘部管症候群



痛み 突き指
腱鞘炎
(ばね指・手根管症候群)



捻挫 突き指
歩行時の痛み

注意事項

妊娠中の方（診察時に要申告）

妊娠中の施術も可能ですが、必ず申告願います。衝撃のある矯正ベッド（トムソンテーブル）での施術を避け、うつ伏せを除く姿勢での徒手のみによる矯正と鍼灸による総合治療を提案しております。

骨粗鬆症の問題（診察時に要申告）

軽度であれば問題ありませんが、圧迫骨折を何度も繰り返している場合は矯正ベッドでの施術を避け、徒手のみでの矯正と超音波治療で対応することがあります。また、状態によっては鍼灸による治療を提案します。

特定の季節や天候、時間帯にのみ症状が出る場合

春になると、冬になると、あるいは雨や寒い日、台風が近づくと、はたまた朝、夕方、寝入りばな、寝てから数時間後など特定の季節や天候、時間帯に症状が悪化することは珍しくはありませんが、その特定の状況下にのみ症状が出るということも少なくはありません。こうした特異的な症状の増減を単に物理的な外の問題として対応してもうまくいかない場合があります。東洋医学では同じ痛みであっても病態が異なると捉え、治療も変えるため、状態によっては鍼灸に変更する、またはカイロと鍼灸による総合治療がよりよいと判断する場合があります。

◆治療について

なによりも「痛み」や「シビレ」を速やかかつ適切にとることを使命としています。
また同時に全身のバランスを重視し、ふさわしい姿勢やよりよい動作を回復・維持することも大切にしています。

治療の流れ

①問診 症状についての詳細を知る

- ・経緯：どのような状況で、それまでの生活
- ・経過：症状の増減などの変化
- ・現状：症状の場所と範囲、痛みやしびれの種類、時間帯による変化、動作の制限の有無

*MRIやレントゲンなどの画像は、検査と施術の補助情報となります。整形外科で撮影された方は、スマホ画像でもかまいませんので、可能な限り持参ください。

②触診 現状の把握と診断

- ・骨格の異常
- ・関節、筋肉、靱帯の状態

③施術 診断に基づく治療

④アジャスト（矯正） 主にトムソンテーブル（矯正ベッド）にて

- ・骨格や関節の矯正
- ・筋肉の弛緩

*トムソンテーブルは、トムソンテクニック（ドロップ）のための矯正ベッドで、矯正時にテーブルが落ちます。その際にドンとやや大きめの音がします。もちろん痛くはありません。また、次の矯正の準備のために空気圧を使ってテーブルをもとの位置にあげるため、下から突き上げるような具合になります。これも基本的には痛くありませんが、衝撃があります。この一連の上下動や音が合わない方、あるいは衝撃で痛みが走る状態の方もおられ、その際は矯正ベッドを使わずにアジャストしていきますので、我慢せずにすぐにお伝えください。

*うつ伏せが苦手だったりできない方も矯正ベッドを使わずにアジャストしていきますので、遠慮なくおっしゃってください。

*代表的な適応症の注意事項に書きましたように、**重度の骨粗鬆症の方**には矯正ベッドを用いた矯正は避け、別の方法で治療していきますので問診時に必ず申告願います。



<トムソンテーブル>

⑤理学療法 主に超音波治療器による筋肉や靱帯の直接的な治療

小児の施術

乳幼児 触れると泣き出す

「何で泣いているの?」。不安になり判断に迷うことでしょう。そんな時は触れてみてください。触れて泣き出すようであれば、関節の亜脱臼や異常など骨格に問題が生じている可能性がありますので、ご相談ください。

- ・股関節：オムツの交換の時に泣く
- ・肩、肘、手首、手指、足首、足指：撫でたり、抱っこなど、触れると泣く

小学生頃まで 不自然な姿勢や動き、本人の申告など

- ・X脚：歩行時に足先が内側に入る（内股）、よく転ぶ（特に走ると）
- ・O脚：歩行時に足先が外側に出る（ガニ股）
- ・側弯症：立位姿勢で後姿を観察した時に背骨が歪んでいる

*日常の習慣的な姿勢の悪さに起因する後天性疾患であれば、完全な改善が期待できます。

*先天性であっても成長に合わせて根気強く治療していくことで、骨格の完成をよりよい状態にすることができます。

*もちろん、大人になった後でも、軽減と加齢に伴う悪化の予防は十分にできますので、あきらめずにご相談ください。

鍼灸について

現在の鍼灸は、おおきく二つに分類できます。

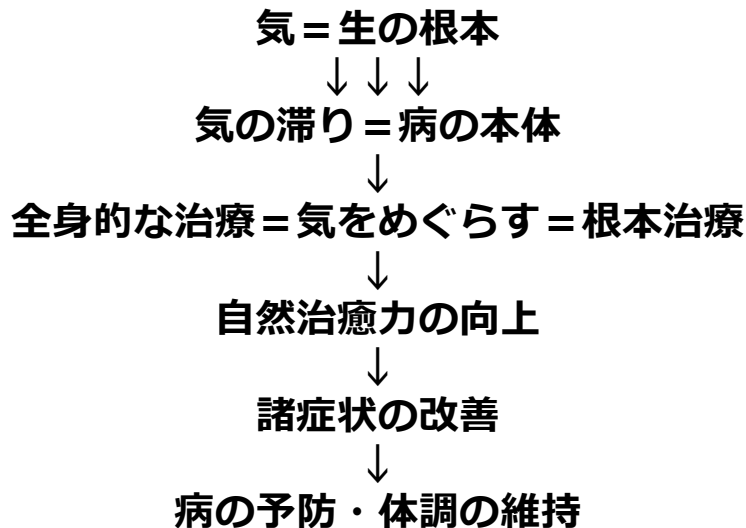
①「痛み」や「コリ」の解消を主な目的とした現代医学的鍼灸（対症治療）

②全身的な治療を目的とした古典的鍼灸

①が圧倒的多数であるため、「痛み」や「コリ」のためのものと思われがちですが、鍼灸の本質は「生の根本」*である「気」をめぐらすことにあります。

*『莊子』外篇・知北遊「人之生、氣之聚也。聚則為生、散則為死（人の生、気の聚れるなり。聚れば則ち生と為り、散ずれば則ち死と為る）」

そのために、当院では日本の伝統的な古典鍼灸の井上系経絡治療を行っております。



「病の本体」である「気の滞り」がやわらげば、様々な症状が全体的に改善していくはずだという考えのもと、「生の根本」である「気」をめぐらすことを主眼とした治療をしていきます。実際に諸症状が改善するという結果からみて、「気」がめぐることによってその人の持つ回復力（自然治癒力）が高まり、自律神経の変調や心身のバランスが整っていると言えるでしょう。また、長く治療をされている方の多くは、「体も軽くなるが、なによりも気が楽になる（気のせいとはよく言ったものだ）」「疲れにくくなった」「いつもよりも頑張れる」「浮き沈みが減った」「力ぜをひかなくなった」「顔色（心）が明るくなった」「肌つやがよくなった」など調子のよさを感じられることから、免疫力の向上や体調の維持にも寄与していることは疑いようありません。

こうしたことから、**鍼灸による「気」をめぐらす治療**は病名の有無やその未知と既知、病の多寡、それらの軽重に関わらず、また施術する者と受け手の双方が見えていない範囲にも影響が及ぶため、その人のすべてが治療の対象になっているということが言えます。そのため、カイロの治療効果をより高めることもできますし、また相乗効果も期待できます。

◆このような時に

現代医学では原因不明とされてしまう

*病院の各科をたらい回しにされるだけで有効な手立てのない不定愁訴

*気のせい、歳のせいなど取り合ってもらえないような症状など

*何が原因かわからないために、まったく改善の足がかりがつかめず、極度の不安にさいなまされ、気づけば病名や原因を必死になって探している

現代医学では特別な治療法がなく対症治療により経過観察するしかない疾患や症状

*打撲、捻挫、骨折、傷（手術創、切り傷、擦り傷、火傷）は受傷後早いほどよいです

*最近では、新型コロナ関連の症状（嗅覚・味覚異常、ブレインフォグ、倦怠感、疲れやすい、精神疲労など）があります

手術前の準備、術後の回復、薬物療法の副作用の軽減や継続のための体調管理

勉強や仕事、音楽、芸術、スポーツでの集中力や創造力の向上（スポーツ選手や芸術家などの専門家を含む）

日頃の体調管理（風邪やインフルエンザなどの予防、心身のリフレッシュ、多忙な時期を乗り切るためなど）

*上記以外にも気になることがありましたらお尋ねください

そもそもどこに相談してよいのかわからない、あるいは、「こんなことはなかなか人に言えない」ということを抱えている

*上記したすべてでお悩みの場合にも該当しますが、特に口にするのが恥ずかしい、はばかれる、人を選ぶといったことから、言えば気にしすぎと否定されたり、嫌悪されたり、精神的におかしい（狂人）と思われるといった悩み事も少なくはありません

*例えば亡くなった人や動物、魑魅魍魎の類との関係（憑物を含む）、予知や人や物事について多くを感じ取ってしまう能力との兼ね合いなどが挙げられます（吉岡鍼灸院HP・来院者から一言・33：7歳男性「夜中に怖い夢をみて…」・45：50歳女性「吐き気を伴う背中中の腫れと激痛…」）

◆こんな方に

なかなか治らない様々な症状にお困りの方に

人は、個人差はあるものの、様々な症状を併発していることが常です。現代医学では個別に治療していくため、いくつもの病院に通院しなければならず、大変な思いをされている方も多いかと思えます。

鍼灸では、「生の根本」である「気」をめぐらせ、「病の本体＝諸症状の根本」である「気の滞り」をやわらげる治療をしていくため、それらすべてが対象となります。

したがって、「痛み」や「シビレ」、「こり」はもちろんのこと、頭痛、冷え、のぼせ、便秘、下痢、睡眠障害（不眠や中途覚醒、多夢、悪夢など）、慢性疲労（倦怠感）、食欲不振、花粉症、アトピー、喘息、生理に関する不調、更年期障害、精神疾患など、挙げればきりがありません。このほかにも、風邪やインフルエンザなどの急性の疾患、現代医学では特別な治療法がなく対症治療により経過観察するしかない疾患（打撲、捻挫、骨折、傷〔手術創、切り傷、擦り傷、火傷〕、手足口病やロタウイルス感染症など）、小児の諸疾患（夜泣きやぐずり、かんしゃく、病弱、チックなど）、産前産後（妊娠中のつわり・逆子や安産、産後の肥立ちなど）や不妊（男女共）など、その適応は多岐にわたります。

様々な症状に悩まされている方に、なかなか治らずお困りの方に、いっぺんに治したい方に、根本から治していきたい方に、鍼灸治療を取り入れられることをお勧めいたします。

前向きになれない方に

「同じ場所」、「同じ物事」、「同じ出来事」、こういった「同じ何か」は、いつも同じように見え、感じられるわけではありません。ある歌の歌詞に「同じ空がどう見えるかは心の

角度次第だから」とあるように、その時の心身の有り様によって、ずいぶんと違っていることは誰しもが知っていることでしょう（言うまでもなく、それが「気の持ちよう」で変わるような、そんな簡単なものではないことも痛いほど分かっていることでしょう）。

疲れた体、満たされない心、そうした抑圧された心身が、「気が進まない」、「前向きになれない」、「悲観的になる」、「不安で仕方がない」、「気が滅入る」、「落ち込む」、「いつもなら気にもとめない些細な事にいらだつ」、「まぶしさにたえられない」、「暗い方がいい」、「何も考えられないし考えたくもない」などなど、否が応でも人を後ろ向きにさせるのです。

難しいことは抜きに、鍼灸の効果は「気がめぐる」ことで体調が今よりもよくなるということです。「世界は自分」であり、「自分の調子さえよくなれば世界は変わる」ものです。どうにもならない周囲のことですら、少しは変わることでしょう。

人生をより豊かにしたい方に

定期的に治療されている方の多くは、主訴の改善はもちろんのこと、同時に日々の疲労を回復して心身の安定をはかることにも目を向けられています。

体調がよくなると、思考力や集中力が高まり、仕事や勉強、家事、芸術、趣味など、様々な場面でよい結果が生まれます。また、その日の調子で結果が左右されるスポーツの場面でも同様です。受験の成功のためや、スポーツで最大限に力を発揮できるよう**定期的な治療（手入れ）**を取り入れる方も少なくありません。

不調の本質を見失っている方に（病名にとらわれている、ちょっとした不調に過敏になってしまう）

ここはかなり厳しい書き方になります。

病名は、総体としての病状を捉えたものではなく、そのごく一部を切り取って付けられた便宜的な呼称に過ぎません。

しかし、病名がついたとたんに、多くの人はその病気を受け入れ、全体を見失うと同時に、その病人と化してそれらしく振る舞うようになるのではないのでしょうか。

自分は、あの子は、〇〇病だからと、自ら病名の牢獄に囚われてしまうと、そこから抜け出すことは、容易ではなくなります。よくある高血圧や高コレステロール、アレルギーはもちろんのこと、特に精神疾患や今はやりの発達障害（非常に悪い呼称で、見方を少し変えれば、ある能力が突出したすごい人ということになるわけです。が、そう見るときっと都合が悪い人も多くなるのかもしれませんがね）などは目に余るものがあります。病気を受け入れるということ、もっと広く言えば、何かの知識を受け入れることは、その中で生きるということなのです。

体調の善し悪しの判断は、当の本人が勝手にすることですが、特に幼時にあっては、両親、祖父母、友達の親、近所の人、学校の先生など、周囲の大人が代行するものでしょう。もし、その中に神経質な大人が一人でもいるようであれば、注意しなければなりません。きっと周囲を巻き込んでことさらに騒ぎ立てて本人を無理にでも病人に仕立てあげようと脅してしまうからです。もともと無頓着だった本人も、神経質な周囲によって不安を植え付けられ、ほどなく本式の病人になってしまうことも少なくありません（まして病名がつけば、もうほとんど逃げられないでしょう）。ひとたび脅しに屈したら最後、不安の芽は事あるごとにすくすく育ち、わずかなことにも過敏になる神経を立派に備えた大人がまた一人できあがってしまうことになります。

確かに、不調の原因が何かわからないために、まったく改善の足がかりがつかめず、極度の不安にさいなまされ、気づけば病名や原因を必死になって探しているということはよくあることですし、その気持ちは否定しません。しかし、冷静になって考えてみてください。

はっきりとした病名がつけられない、原因不明ということは、現代医学から診た限りではまだ心身に確たる病変が認められないとお墨付きをもらったことになるわけですから、本来なら喜ぶべきことなのではないでしょうか。現代医学に見放された、自分はもうどうしようもないのだと、悲嘆に暮れるのは倒錯としか言いようがありません。

周囲や自身の心持ちにもよりますが、自然にして病院に駆け込まなければ病人にされることもなることもありません。人は病氣喧伝や予防・早期発見・早期治療などといった情報に不安を煽られ、病を恐れるあまり、わざわざ微に入り細に入り病を見つけ出そうと必死になってしまっているように見えます。



80歳を過ぎても毎年、がん検診、見つければ、体力が許す限りは手術や抗がん剤治療。いわゆる進行の早いものでなければ、寿命が先かがんが先かという領域に達しているでしょう。真面目だとか、きちんとしているとか、健康に気を配っているということとは程遠いことではないでしょうか。

不調をいちいち細かく区分して、わざわざ個別に対症治療をすることは、もうこれしかないという時の最終手段であって、そうしょっちゅうするものではないでしょう。簡単に病名をつけることは、いくつもの病気を抱えた迷える病人をただいたずらに作るだけです。病名がつかないまでも、ちょっとした不調、例えば咳や鼻水、熱、腹痛、下痢などは比較的によくあることでしょう。風邪なのか、インフルエンザなのか、はたまたコロナなのかと心配になるのでしょうか。そこまで考えなくとも、ちょっとでもこうした症状が出たら、薬をもらって早く止めないと、となることが多いのではないのでしょうか。特効薬がなくただ治るのを待つよりほかなかったコロナでさえ、多くは自然と治っていったわけですから、だいたいの不調は休息して自然治癒力にまかせて回復させればよいはずですが、もちろん、人にはすべて事情があって、家事を頑張っている方、勤めている方、学校に通いたい方などなど、「とにかく止めないとならない」、「だから止めたい」となるのでしょうか。本来はそうせざるを得ない社会のあり方を問わなければならないわけですが、同時に、止めることを繰り返すうちに、いつの間にかちょっとした不調に過敏になって、あるいは、認識がねじ曲がって*、「休めば治る」ようなものですら、「すぐに止める」、そして、「すぐに止められる」と思い込んでしまっていることに大きな問題を感じます。また、本来なら寝込むほどの状態にも関わらず、薬によってただわからなくなっているということすら考えることなく、治ったものと判断してさらに無理を重ねていることも看過できません。そうなった理由、つまりそこに至るまでの経緯、もっと言えば、自分と向き合う機会が奪われ、ただただ心身を酷使し続けるという、恐ろしい日々を過ごす人のなんと多いことでしょうか。そうして、数年後、数十年後、もうこらえきれなくなった心身は爆発し、あきらかな病変を伴う本格的な病氣へと成長をとげることになるでしょう。目先のことで生きていくのがやっとということは、私も同じですが、ほんの少し、少しだけでいいので、自分に目を向けていただきたいです。正直、危機感が覚えません。

*ちょっとした不調は、「あれ（が原因）だな」と直感することも多いのではないのでしょうか。長いこと寒いなかにいた、薄着で風にふかれ続けてゾクゾクした、寒暖差にやられた、あの無理がたたった、寝不足が続いた、嫌なことがあったなどと。あるいは、家族や仲間うちで、風邪やインフルエンザ、コロナなどを罹患したと思われる時に、何某は「脳天気だから」「ストレスフリーだから」、そのために「元気なんだよ」、だから「うつらないんだよ」とか互いに言い合ってもいるでしょう。簡単に言えば、元気がないから不調になったんだと、とってもよくわかっているわけです。しかし、悪化するや急に菌だウイルスだ、アレルギーだ、高血圧だと問題がすりかわっていつてしまう。そして、市販薬だ病院だと話が急カーブしていく。西洋医学の治療（ワクチンや薬、手術など）が対症療法と言われる理由でもありますが、外敵や病変は、結果であって原因ではありません。原因は、そこに至る経緯やきっかけであり、その受け手である自分自身が弱った時の反応ですから、初期に感じた直感をもっと大切にしていきたいと思います。

さらにそこから、休息、体を温める、ストレスを発散する、運動をする、食事や睡眠、人間関係を見直すなど、原因から考えられる適切な対処をしてください。それを一緒に見つけることも私どもの仕事ですから、不安があったりわからない時は遠慮なくご相談ください。

東洋医学には、「うつる」という原因論がほとんどなく、外の影響は風雨寒暑の自然環境や人間関係としてみなしますし、なによりも病の本質は自分（の「気」の滞り）にあると考えます。なので、コロナがはやる以前は、高熱やインフルエンザなどで寝込んだ時には、よく往診したものです。「うつったらどうするのですか？」という心配は無用、繰り返しになりますが、「うつる」という考え方がないからです。故にコロナ禍にあっても長らく来院している方とは治療中に互いにマスクをすることもなく、また「うつしあう」こともありませんでした。「病気を受け入れるということ、もっと広く言えば、何かの知識を受け入れることは、その中で生きるということ」とはこうしたことでもあるのです。

病名がつくことではじめて現代医学の病となることを、冷静に考えていただきたいと思います。

また、不調それ自体では、不調の域を出ないのですよ。

そして、不調を全体的に捉えて治療していけるのが鍼灸（東洋医学）なのです。

私たちは、病を「正しく恐れる」とするならば、「恐れ」を原動力にできるだけ元気でいようと努力することです。その努力は日常のことに気を配ることで事前の対処を継続していくことであり、それが最大の予防とも言えます。まだ起きてもない病気のことを恐れ、一生懸命に何かをするのならば、努力するべきは定期的な検査やワクチン接種などではなく、自分の身の回りのことであるのはあきらかでしょう。それでもうまくいかないときに、またさらにしっかりと備えたいときに、鍼灸という選択も視野にはいることでしょう。

「何も恐れることなく」、「何も気にしない」、「何も気にならない」、「どうにかなる」と思えることが元気な状態であり、一番であることは言うまでもありません。

妊娠中や小児にも

鍼や灸には、お年寄りがするものというイメージがあるようですが、実際には違います。妊娠中でも産まれてすぐの赤ちゃんでも治療は可能です。

妊娠中では胎児の順調な成長をはじめ、母体の安定と安産、産後の肥立ちのために、小児にはより健やかに育つために新生児から有効な手段となります。また、互いが心身の状態を常に関心し、影響し合っているため、相互の病因ともなり得ます。このため普段から体調を調えることには大きな意味があります。

症状で言えば、妊娠中では、風邪やインフルエンザなどの投薬不可の症状、お腹が張る、腰が痛い、冷える、むくみ、だるい、つわり、逆子、切迫早産、難産、予定日超過など、小児では、夜泣き、寝ない、かんしゃく、食欲不振、吐きやすい、風邪をひきやすい、アトピー、アレルギーなどを挙げることができます。

自分を大切にしたい方に 一歩先へ

「自分を大切にすること」は、健康でありつづけることにすべてを注ぎ込むことではなく、まして「健康でなくてはならない」「病気になってはならない」というような半ば脅迫的で病的な健康志向のことでは決してありません。私たちは、健康のために生きているわけではありませんから。また、無理をして「楽しむ」のでも、「豊かに」するということでもありません。

私は、「自分を大切にすること」は「相手を大切にすること」であり、また「丁寧に生きる」ことに通じていると思っています。そして、ひとりひとり生まれた時から同じ心身、環境が与えられているわけではありませんから、「生き方」は一樣ではありません。時に心をすり減らし、体を酷使することも、ひとつの「生き方」としてあるでしょう。また、何もかもを投げ出すこともあるでしょう。その時々によっても「生き方」は変化していく

ことでしょう。ただ、常に大切にしたいのは「自分」です。生かすも殺すも、「自分」次第、自戒を込めて「自分を大切に」。

縁ある方とは、こうしたことも一緒に考えてゆけたらと思っております。

鍼灸は、どこか冷たい対症療法とは違って、「人の生活に寄り添ったもの」と言えるのかもしれません。あなたが一時的に抑えたり回避することを越えて、その先に進もうとする時、きっとその一手段となり得るでしょう。

すべての方に ～ 生活の一部に鍼灸を ～

「**生き抜くための自分への努力**」は、一流のスポーツ選手や一部の富豪だけのものではありません。彼等がその重要性を誰よりも熟知し実践しているだけです。翻って私たちが「**自分に目を向ける**」時、目立った不調がなくとも幼時より**鍼灸での手入れ**を取り入れるとよいでしょう。なぜなら、「**ゆとりある心**」と「**健全な体**」こそが**資本であり、最も大切**だからです。

「**治れば終わり**」から「**よいからこそ続ける**」へ。「**斜め上に行く**」のもありますよ。

◆治療について

「鍼は痛く」「灸は熱い」ものではありません

鍼は痛いもの、灸は熱いもの、そうでないと効果がないと思われる方も少なくありません。井上系経絡治療のそれは、そういったイメージとはおおきく異なります。

- ・ **鍼**：接触鍼という皮膚表面に触れる鍼法を主としており、痛みはおろか、こちらが黙っていれば、治療後にいつ鍼をするのですかと言われてしまう始末です。
- ・ **灸**：主に知熱灸という熱さを感じたら取る方法で行いますので、がまんする必要がなく、やけどの心配がありません。

診察

①まずは問診からはじめます。お困りの症状（いくつでも）について、「どのようなもの」か、朝夕や天候により変化するのかなど、具体的な様態にはじまり、「いつ」「どのような状況で」起こり、「これまでの経過」はどうか、詳しくうかがいます。そのうえで、日常の食事や睡眠、大小便などの状態を確認します。

②次に脈診です。これは東洋医学独自のものでご自身では感じられない、より深い体の状態を診る診察です。

③問診と脈診の結果を総合して、證（証、ショウ）という診断を立てます。この際、問診から得られた病證と脈診から得られた脈證の一致不一致から予後も診ます。

治療

證にもとづいて、全身的な治療を行っていきます。

①まず手足にある重要なツボを選んで進めていきます。これを本治法といい、全身治療の根幹をなすものです。上記した接触鍼にて行います。

②次いでお腹のツボに知熱灸、座って首から肩背への全体的な鍼と数か所の知熱灸、うつぶせで背中から腰への全体的な鍼と数か所の知熱灸とい手順になります。

③このほか、必要を認めた場合に、局所への治療をしていきます。

鍼灸では難しいと診断される場合には

①難しい状態とは

鍼灸では、診断により病の軽重だけでなく、予後も判断します。その中で、難しいと診断される状態とは、診察により予後不良と判断される病態を指します。

鍼灸の診断は、問診から得られた病證（病態）と脈診から得られた脈證（病態）を勘案してくださいます。少し詳しく言えば、病證から想定される脈状（脈の状態）と脈證（実際の

脈状)との一致不一致(順逆関係)を確認します。両者が一致していれば順、不一致であれば逆と判定します。順であれば、症状がどんなに劇烈であっても基本的に予後が良いと判断され、逆であれば予後不良となります。

②難しいと診断された場合

予後不良の場合でも、鍼灸治療の継続により少しずつ改善していくこともありますが、まずは現状維持(変化しない)、あるいは悪化の速度を緩めることが目標となります。鍼灸の継続は、どんな場合においても自然治癒力を助けるという点において意味があるものの、すべての不調の改善は不可能です。

鍼灸では予後不良であっても、他の治療により改善が見込まれると判断される場合には、すみやかに提携する治療院を紹介いたします。特に予後不良と判断される「痛み」「シビレ」は、当院のカイロプラクティック治療を受診いただきます。

*「施術者より一言(吉岡・いきさつ・36頁)」でも書きましたが、山田のヘルニアの時には、症状と脈状が一致しない予後不良の状態であったため、顧問に治療を依頼しました。ただ、ヘルニアは全快したものの、脈状の変化はありませんでした(今も継続中)。鍼灸では症状の中に肥瘦も含まれており、それと脈状の関係も重要視します。その点で言えば、依然として肥瘦と脈状の不一致の状態、すなわち予後不良の状態が続いているため、鍼灸の継続は必要と判断されます。これまでも同様のケースがありましたから、この点から見ても「カイロと鍼灸による総合的かつ相補的な治療」には意味があると考えております。

◆こどもの鍼灸治療(小児鍼)

こどものこと

・「未完」の脾を持って生まれる「未熟」なこども

こどもは、小さくも力強く成長する一途、しかし弱くもある、文字通り「未熟」な存在です。周知の通り生まれてすぐは母乳以外は口にできませんし、また知識もなければ物事を考え判断するという知恵も持っていません。その「未熟」さを、中国の古い医学では、脾虚ととらえます。五蔵(肝・心・脾・肺・腎)の中で脾が食物の消化吸收や思慮、体の大きさを左右する血肉の産生を受け持つと考えているからです。人はみな脾の蔵だけが「未完」の状態であって生まれてくるために「未熟」なのであり、脾の「完成」こそが人の「成熟」につながっていると考えられるのです。どのような人間になるか、つまりどのように「成長」するかは、脾の「成長」とその「完成」度に由来するともみなせるため、脾をどのように「完成」させていくかがどれだけ大切かもわかるかと思えます。また、脾が「完成」した後も、その人がどう「円熟」していくかという点を支えるため、一生ないがしろにはできないのです。後述しますが、具体的には脾を養う「食」と「知恵」が重要となります。

・五蔵のより不調和な状態をもたらす「未完」の脾

中国の古い医学は、偏りや関係性をことさらに重視するため、当然ながら単に「未完」の脾のみの「完成」を待てばよいとは考えません。脾の「未完」な状態は、こどもにとっては当たり前の状態でありながら、同時に常に他の四蔵(特に脾<肝)との「不調和」を抱えることを生まれながらに決定づけられているのです。それは、「完成」した脾(それがどういう形にせよ)を持つおとな以上に「不調和」であり、より病的な状態をあわせもっているということでもあります。

こどもがおとなよりも全般に弱く不安定であるのはそのためであり、「不調和」の軽重によって、よく知られている疳の虫(かんのむし)・喘息・アトピー・消化不良・食欲不振・過食・肥満・下痢・便秘・風邪をよくひくなどをはじめとした、多種多様の症状が出ることになります。

・脾の「完成」度がその人の一生を決定づける

上記した諸症状は、おとなになるにつれ自然と治るものもありますが、一生もの（持病）として将来を共にするという事も多々あります。それは「未熟」な脾をうまく養えずに五蔵の不調和が大きい状態のままの「不完全」な「形」に「完成」させてしまった、つまり本人の「成長」する力を十分に発揮させられなかったためと言えます。そうなる前からでは手遅れです。“鉄は熱いうちに打て”と言うように、脾の「成長」が終わってしまう前に、また病がまだ新しいうちに食生活を見直したり鍼灸による治療を加えることで脾を養い、よりよい「成長」ができるよう心身のバランスを整えてあげておくことをおすすめします。

・脾の「成長」を支えるものと妨げるもの

脾を養い、伸びやかな「成長」を支えるのは、「食」と「知恵」です。故に脾の成長を妨げ五蔵の「不調和」をより強くさせる条件も、「食」と「知恵」です。

もうおわかりでしょう。すぐに思いあたるのは「食の乱れ」です。「知恵」については多方面に及び、私自身が「成熟」した大人ではないため偉そうに何かを語れるわけではありませんが、「知恵の断絶」とまとめてよいかと思います。

私が鍼灸の道を志した高校生の時、片方では、自然豊かな山口県周防大島の実家（生まれ育ちは横浜ですが）を知っていたため、玄関を開けて、目の前に山や海、森や川、畑や井戸などが広がっている生活を望んでもいました。まったく矛盾していますが、自分の選択でありながら、これほど自然からかけ離れた生活を送る日々ほど無駄に過ごしていると思うことはありません。まして共働きで家に居させている子供には申し訳なく思う次第です。できるだけ自然に連れ出しはしても、彼らが自由意志でいつでも触れられないのは残念でなりません。そうできない自分自身も。

「天空の城ラピュタ」の「土に根をおろし、風とともに生きよう。種とともに冬を越え、鳥とともに春を歌おう」、「どんなに恐ろしい武器を持っても、たくさんの可哀想なロボットを操っても、土から離れては生きられないのよ」という台詞が刺さります。もう遅いのかもかもしれませんが、あまりに多くの人々が天空に住まい、さらに遠くへ流されていることに気づく時なのではないでしょうか。だから、核家族化や都市部での生活、第一次産業の衰退などによる家族間での「知恵」の伝承が途絶えただけでなく、生きるための「知恵」自体の消失も見逃せないので。その背景には、古くから庶民に許される「[パンとサーカス](#)（娯楽）」、そして戦後の日本で進められた「[3S政策](#)」などがあり、その影響下にある私たちが考えるべきことも少なくありません。世代をこえて常態化した異常事態とでも言えばよいでしょうか。

ジョージ・オーウェル『1984年』に描きだされる様々な場面は、今そのもの。「きつい肉体労働、家庭と子供の世話、隣人とのつまらぬいざこざ、映画、サッカー*、ビール、そして何よりもギャンブル。それが彼らの心を占める全てである」（早川書房新訳版111頁）。

*テレビに向かって叫び、選手たちの特徴や成績などを一生懸命に分析して、彼らのプレーについて口論する。さらには、気に入った選手のユニホームを買って

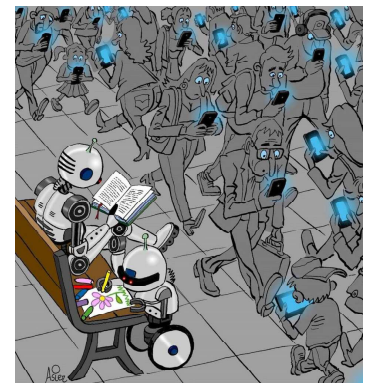
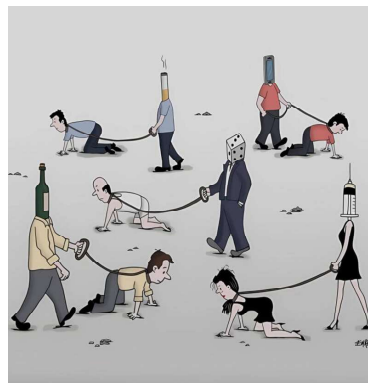
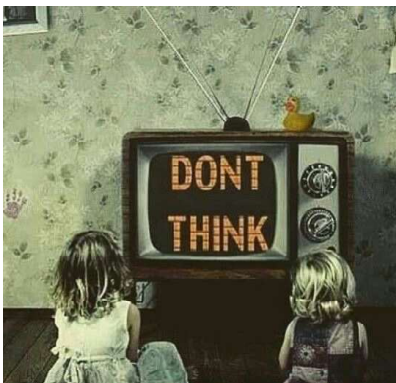
球場にまで足を運ぶ▼。まるで自分のことのように。他人の応援も結構。しかし、一番大切なのは自分、なによりもまず自分の応援者であれ。「熱中」とは自分に対しての



こと、自分こそが特別なことから。

私は、幼い頃から観戦が苦痛でした。なぜなら、自分はただ応援するしかできないからです。つまらないのです。もし自分が興味のあること、好きなことであったら、なおさら。うずうずしてじっとしていられなくなりますか。観戦するのではなく、自分が今すぐそこでやりたいと思うのが自然ではないでしょうか。彼らにどんなに及ばないとしても。プロは、やはりプロ。すごいからこそプロ。だからといって、感情移入はできないのです。逆に、尊敬するからこそ、それだけ刺激を受けます。「**自分はなぜそこに立っていないのか**」、「どうしたらそこにいけるのか」、「与えられる側ではなく、自分が与える側でありたい」と。人を応援しないのではなく、応援しつつも、だったらそれ以上に自分に「熱中」したいと考えてしまいます。人の人生は、微塵も自分の人生ではないのです。人は「人」、自分は「自分」。

▼古くは「他人の犠牲において楽しむ娯楽」を意味する「Roman holiday (ローマの休日)」に通じ、人の不幸を喜ぶ下卑た感情「[シャーデンフロイデ](#)」と表裏一体でもあります。自分のことを顧みず、自分を棚上げして、他人の不幸に「熱中」し、また一喜一憂して生きることは、たしかに古くからの「娯楽」にはなるでしょう。しかし、それらに支配された人生が果たして、...



その先にある映画「のび太と空の理想郷」のような世界がいいですか？「(全員の心を)きれいにするんじゃない、心を奪うんだ」「みな心を失いパーフェクトワールドになるのだ」「みんな自分で考えて」。ほかにもオルダス・ハクスリー『すばらしい新世界』、「デモリションマン」、「マトリックス」、「アイ、ロボット」、「ロスト・エモーション」などなど挙げればきりがありません。

最近ではスマートフォンの普及とAIの解放もあいまって、「スマホ依存」が一挙に進んでいるように見えます。私は徒歩で通勤することが多いですが、夜でもおかまいなしに「歩きスマホ」。それもほとんどの人と言っても決して誇張ではないほどに。

犬の散歩中ですら、ですよ。犬の散歩は、飼い主と犬の関係を確認する時間であり、犬の大切な外出時間のはず。他の犬との交流や排泄を飼い主がしっかり管理する必要があるのに、飼い主自体が人との交流が苦手で避けているふしもありますが、ひたすら「歩きスマホ」。その影響としか考えられないのですが、犬の物と思われる糞があちこちに落ちている始末。それもここ数年の間で目立つようになったことです。

「歩きスマホ」の人は、例外なく前を注意しつつ上手に歩いていますと言わんばかりですが、そんな技術を磨く必要など微塵もなく、ただの迷惑でしかありません。そして、側から見れば「心を奪われている」ことはかくしようもなく、ふらふらと蛇行し、のろのろと進む、人に当たりそうになっても「相手の目すら見ない」し「謝る」ということは皆無、むしろ「お前がよけろ」と言わんばかりで、まるで「ゾンビ」のような特有の歩き方になっています。すれ違うたびに、ただただむなしくなります。大人に限らずこどもも同じ。治安が悪くなれば、即座に狙われますよ。

周辺に注意したり、周囲を気遣うこと、他人から自分がどううつるかという客観的視点の決定的な欠如は恐怖すら感じます。また、誰かとの会話中ということもあるようですが、

ほとんどは「スマホ」を使った「創造的な活動」ではなく、ゲームや何かを視聴する一方の完全に「受動的な娯楽の享受」に徹しているようようです。とにかく「みっともない」。与えられ続ける他人からの様々な情報に加え、AIにより得られる膨大な知識、さらには現実と見分けがつかなくなるほどの仮想現実*、さらにはVRを用いた仮想空間、それらがもたらすのは、「無思考」と「無知」、そして「思考力」の低下、「知恵」の縮小と「独創性」の消失、「対人関係」の消滅、つまり「人らしさ」の喪失ではないでしょうか。

*対人的な「[推し](#)」や対物的な「[対物性愛](#)」「[フィクトセクシャル](#)」でさえただならぬ状況だと思いますが、今や仮想の「AI彼氏」「AI彼女」との恋愛や結婚にまで行き着いてしまっています。ほかにも「スマホ依存」の先にあるVRを用いた仮想ペットとの触れ合いなど、様々な場面での侵食を目の当たりにするとゾッとしますね。それから、ここではやむを得ず「推し」「対物性愛」「フィクトセクシャル」などの用語を使っていますが、

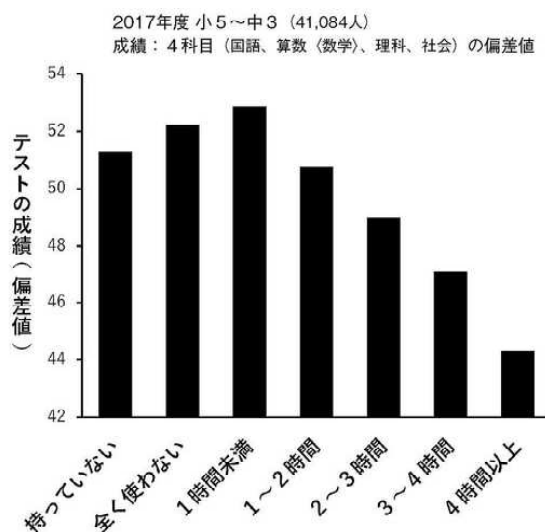
これらが認知されること自体が、「病名」と同じく、人がそれを受け入れることにつながっています。ある部分では、それを助長する一役を買ってしまっているため、つらいところでもあります。

とにかく、個人の趣味や好みをとびこえている、なんだか変だ、ちょっと異様だと感じていただけたらと思います。スマホ依存のその先はVRに視覚を奪われ半仮想現実で生きることに



それから、スマホの電磁波がもたらす身体的影響も注意していかなければなりません。幼いほど脳への影響が強く、使う時間に比例して学力低下も顕著であるという報告もあります。詳しくは霜月やよいさんのnote記事「[電磁波について](#)」とlivedoorNews「[「子のスマホ使用時間と偏差値の関係」7万人調査で分かった衝撃の事実とは](#)」を参照ください。

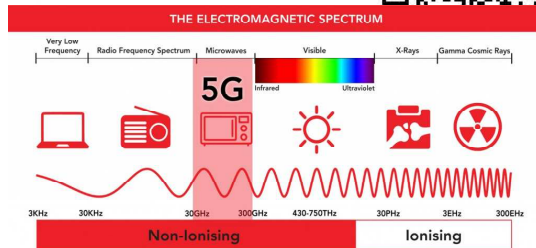
図表1 スマホ等の使用時間と学力の関係



Children absorb more radiation than adults



Courtesy Om P. Gandhi and Green America



5Gアンテナが整備され(総務省：[新たな目標に基づく5Gインフラの整備状況\(令和5年度末\)の公表](#))、家庭内ではWi-Fiの電波が飛び交う環境は憂慮をこえて早急な対策が必要となる状況にあると、私たちは認識しなければなりません。

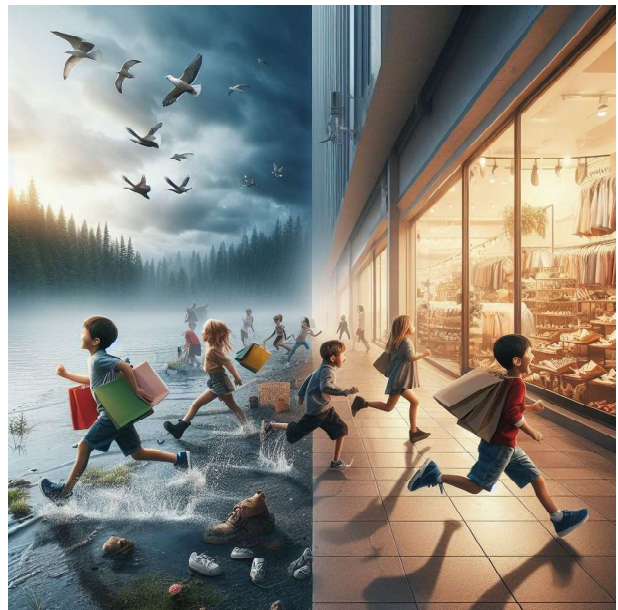


挙げればきりがありませんが、livedoorNews「[5Gの電磁波が人体に与える影響について 専門家が警告](#)」、Alzhackerさんの記事紹介（①[学術書：電気通信で使用する周波数 統合放射線生物学評価（2022）](#)、②[研究論文『光、電磁場、水が生体リズムに及ぼす影響』2024年](#)、③[調査報道『人々は目を覚ます必要がある：高レベル無線放射線環境の乳児、発達遅延リスクが3倍に』 Suzanne Burdick博士](#)）もお読みください。



急速に変わりゆく世界、その中にあって、親から子に伝えるべき生きるための大切な「知恵」、大人たちが子に示すべき「背中」や「生き方」とはどんなものなのでしょう。もちろん、「変化した世界」に順応する子との関係をどう築いてくのかという問題も見過ごせません。そうしたこともみなさんと考えていけたらと思っています。

ここからは「食」に絞って話を進めます。飽食の現在、アメリカに倣いファミリーレストランのドリンクバイキングでうろちょろする小さな子どもや休日の昼間に親子でファストフード店で食事をするといった光景を目にすることが日常的となっていて、ほかに、甘いジュースやお菓子を離乳後からすぐに与えだしたり、ぐずると手がつけ



左と右のどちらが好きな世界ですか

られないためにごまかしとしてそれらをあげるといったことも多々見受けられます。食物を消化吸収する脾が「未熟」である子どもには、味の濃いものや刺激物、冷たいものなどは受け付ける力がそうあるものではなく、結果的にそれらは負担となり、長期的には脾の「成長」を妨げることとなります*。いわゆるおいしいものは、「甘」と書き、「うまい」「あまい」と訓じます。それらを取りすぎれば、ただでさえ「未熟」な脾がさらに弱ることになり、文字通り「甘い」「わがまま」な性格になってしまいますし、「きれいやすい（肺脾<肝）」のも特徴のひとつです。これはおとなとて同じことで、気をつけないと精神的に不安定になってしまいます。そうして、ゆがんだ状態のまま脾が備わってしまえば、思慮深さに欠け善悪の判断がうまくできない状態（思慮分別が変容する事態）に陥ってしまうのです。これまであった倫理観というものが近ごろ通用しなくなっている一因は、ここにもあるのかもしれませんが。



あなたの体は
どちらの「食」で形作られていますか

*上記したいわゆる超加工食品（見た目や味を偽るものを含む）や様々な加工食品、またそれらに含まれるおびただしい食品添加物は、子どもだけでなくおとなにとっても毒に等しいものです（これらの偏食は、新型栄養失調と言われるような状態にも陥ります）。その継続的な摂取は、脾を「故障」させ、人間性を損ない（脾虚）、肥満（湿熱）となり、果ては実質臓器の変調、つまり重い内臓疾患への移行を誘発する看過できない病因のひとつとなっています。あわせて映画「スーパーサイズ・ミー」をご覧ください。ファストフードにまつわる問題を一気に知ることができます。

ふと変だと思ったことはありませんか。例えばりんごジュース。果汁10%未満であつてもりんごジュースであり、りんごの香りと味がします。100%のストレートとの違いは何でしょう。そして、どちらが私たちにとって飲むに値するものなのでしょう。よくよく考えれば、小学生でもわかることです。

また、いただく「食」もさることながら、そもそも食べることがどういうことなのかということも、十分に理解しておかなければならないでしょう。

私たちが「生きる」ために他の動植物の「命（食）」をいただくこと、それが「食べる」ことの本質です。「楽しむ」ことが一番の目的でも、また単なる「栄養補給」でもないのです。だから、「ながら食べ」はもってのほか、それならば食べない方がよいくらいでしょう。次に「早食い」。「命をいただく」わけですから「かみしめる」ものではないのでしょうか。「よくかんで」「ゆっくり」食べると言われますが、「消化」もさることながら、一番にはいただく「命」への感謝が込められているはず。「食べ過ぎ」たり「欲のままに食べる」ことが、単に体によくないことをこえて、軽薄であることもわかっていただけるでしょう。それから、「食べたくない」のに「仕方なく」食べる、「食べられる状態にないのに」「栄養をつけるため」「体のため」に「無理をして」食べることも、「命」を粗末にすることであり、また同時に自分に無理を強いることにもなりますから、やはりいただく「命」に申しわけがたちません。「こぼす」「捨てる」こともそうです。「残す」ことも同じですが、これはやむを得ない時もあるでしょうから、大切なことを忘れずに。「(命を) いただきます」、「ごちそうさまでした」、「腹八分」、「命」への感謝、「食」の大切さ、「食」に対する心構え、そういったことを日々かみしめることも、脾を養い人を育てることの一環と言えらると思います。

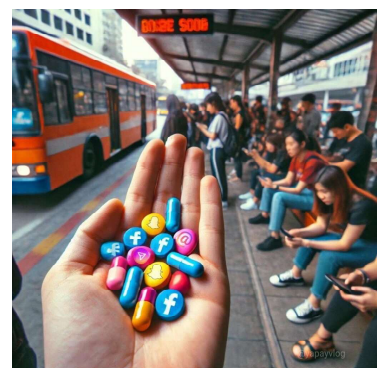
そうしてみると、「忙しい時」の「○秒チャージ」、「手軽に栄養補給」、「偏った食生活のサポート」を謳った「栄養ドリンク」「バランス栄養食」「サプリメント」などが、いかに軽薄で私たちをあやうくさせているかがわかるのではないのでしょうか。手軽で便利で楽でといいことづくしに見えていたそれらが、「恐ろしい何か」に一変しませんか？ 私たちが本来必要としている「生きる」ための大切な「命」から遠ざけ、よくわからない「栄養素」らしき何か*で「生きながらえる」ことをみずからよろこんで求めるよう仕向けられているのです。すでに高栄養食品やドリンクは普及しています**。とにかく、「栄養」だけ摂ればよいとなれば、「命」への感謝は簡単に消え去ることでしょう。そして、いずれ「食」そのものも不要になるのでしょうか。いわゆる「時間対効果（タイムパフォーマンス）」の重視もあいまって、調理だけでなく、咀嚼さえわずらわしくなる。私が「栄養学」に違和感を覚えるのはこのためでもあります。

*それらの商品の裏面の食品表示（一括表示）を確認してみてください。商品の表面のいいことづくしの甘い謳い文句とはまったく異なり、よくわからないカタカナの成分や食品添加物の羅列にきつと驚くことでしょう。

**これらが「必要とされる」と言われる場面のひとつ「食欲不振」は、年齢を問わず食を欲していない状態、つまり食べるべきではない状態、食べるとさらに不調になる状態と考えるべきです。いつなんどきでも栄養を摂る必要があるという情報によって植えつけられた「脅迫観念」であり、商品売り手側の意図がみえすく一例でしょう。その最たるものが来たるべき死を間近にひかえた人にする「延命措置」です。「ま



家の食卓でも、お店のテーブルでも
おなじみの光景となりましたね



食べるものも見つものも
注意深く「選ぶ」時代です

だ死んで欲しくない」という家族の思いを利用するもので、本来、「無理に栄養を補ったりすれば、延命してもご本人は苦しいだけです。そっとして楽に逝かせてあげましょう」と諭すべきです。もっとも今の医学にそのような考えはないようですが。

「語彙」の減少が「思考」の減少につながるように、「食」の「軽視」や「栄養素化」は「食」への意識低下や「食文化」の崩壊、自給率の低下をもたらし、果ては与えられる餌を待つだけの家畜化、つまり心身が矮小化し、どんどん退化していくことでしょう。「食べたものがその人をつくる」「食べたものが自分になる」、だから「食べるもの」が大切になるのです*。それは、「知恵」と同じことですよ。

*なにを食べるかという問いも出てくるでしょう。ごく簡単に言えば、昔から食べられているものをいただくことです。ごはん味噌汁を中心にした食事です。パンより米、肉より魚、油炒めより煮炊き、甘味より塩気、洋食より和食、間食より食事、季節の食べ物など、難しく考えることはありません。繰り返しになりますが、そこに「〇〇の食材に含まれる栄養」が「体にいい」から、「〇〇病の予防」になるからという指標が加わったとたんに「栄養素化」して、「食」の大切さが消え去ってしまいます。日々、濁流のごとく流される覚えきれないほどの雑多な健康情報には本当に注意していただきたいと思っています。気をつけていてもすぐに足をすくわれ流されてしまいますから。



人を家畜と化す魅惑的なものたち

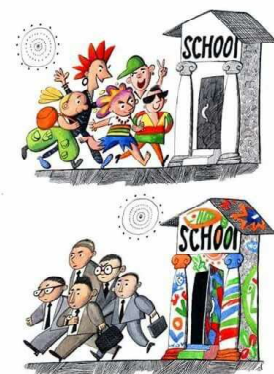
・脾の大切さ

脾がいかに大切かをわかりただけたでしょうか。

脾の働きは、一生を通じて「食」や「知恵」を受け「体型（肥瘦）」や「性格」を形作ることです。

脾は、生まれた時には「未熟」で、「食」と「知恵」を栄養にして育ち、思春期が終わる頃に「完成」します。故に、栄養となる「食」と「知恵」が、過不足なく良質であればあるほどしっかりとしますし、不足したり多すぎたり、あるいは質が悪ければそれなりになってしまうことでしょう。また、自然からかけはなれた温室であったり、肥料（贅沢な食や食品添加物など）や農薬（薬）のような添加物が多ければ多いほど、見た目はきれいに仕上がるかもしれませんが、けれども中身はどうか。形ばかりがきれいで、弱い体、偏った心に育ってしまうでしょう。こどもの「成長」にとって必要なのは、とにかく「中身のつまんだ元気」な脾を育むことです。そして、しっかりと「完成」した脾を持つおとなになり、自分をじゅうぜんに発揮できる素地を作ることです。そうであれば、形は人それぞれ「いびつ」でいいわけです。

その先にある人の「成熟」とは、「完成」した脾を引き続き養い続けることと言っても過言ではないでしょう。こどもの時に身につけた養い方、特に親から教わったそれは、ひとりで歩む時に、そして、誰かと共に生きる時に、親になって子どもを育てる時に、生かされることでしょう。そうして、人はそれぞれ「円熟」していくのでしょう。言わば「親が子に伝える大切な教え」、それが「子が受け継ぐに足る教え」であるよう、親は常に学び努力しなければならぬのだと、まずそれを私自身がしなければと、そう思う次第です。





治療のこと

・適応年齢

はりやきゅうにはお年寄りがするものというイメージがあるようですが、実際には違います。産まれてすぐの赤ちゃんでも治療できますし、より健やかに育つという意味でも有効な手段のひとつとなります。理想を言えば、鍼灸の持つ“治未病（未だ病ならざるを治す）”という性格を最大限に生かし、目立った病気がなくとも小さい頃より治療を続けていくことをおすすめしています。

・治療時間

治療の時間・量は、ともにおとなにくらべてごくわずかになります。ですから、5分程度が目安になります。

・治療期間

「何回くらい通えばよいのか？」という質問をよく受けますが、状態は人によって異なりますから、たとえ同じ症状であっても3ヶ月であったり半年であったり、あるいはもっとということも多々あります（おとなも同じことです）。また、簡単に治るものは本当にごくわずかで、体の状態を根本から変化させるには、それなりの時間が必要です（すぐに治るものは、ほっておいてもよくなります）。たとえば、アトピーや喘息などは、最低でも1年は必要です。それは、季節によって症状の軽重が変化しますから、翌年のひどくなる時期に悪化をしないということが確認されない限りは良くなってきているとは言えないからです（一見良いと思われる時にも治療を重ねることで、ようやく体の状態も変化するというものです。喘息や花粉症、メニエールなどはその最たるものでしょう）。時期によって症状が変化するのは、人の体もまた季節の移ろいとともに変化しているからで、治療の効果も同じく3ヶ月（1シーズン）経つ頃に顕著となってきます（もちろんその間にも少しずつ変化はしていきます）。このようなことから、まずは週に2～3回（最低でも週1回*）の治療を3ヶ月は続ける必要があります。最後は子供さんが元気に成長することが一番の目的ですから、いずれにせよ多少の時間をかけてあげる必要がありますし、かければかけるほど良いとも言えます。

*治療を治療たらしめるためには、症状の状態に関わらず、週1回という間隔で続けることが必要です。それ以上の間隔をあけての治療では、継続して効果を積み重ねていくという点でははなはだ弱く、回復の時期が遅れる、あるいはよくなっていかないということになっていきます。

・使用する鍼

おとなと同様の鍼または先の丸いデザイン鍔鍼を用いて皮膚をさする皮膚鍼という方法で治療をします。ですから、鍼を刺すということは一切ありませんので、“痛い”ということとはまったく無縁なものです。さするだけで大丈夫なのか？と思われるかもしれませんが、こどもは何事にも敏感ですから、少しの治療で驚くほど反応しますので心配はいりません。

こどもにもやはりお灸はします。おとなと同じく熱さを感じたら取る大きい知熱灸やごく小さな点灸（糸状灸）を状態に応じて用います。点灸は、ごく小さなお灸ですので、一瞬ちりっとした感覚がある程度でやけどの心配はありません。古くから“ちりげの灸”として知られる背中の身柱というツボにする点灸は、こどものみならずおとなにもします。

An illustration of a person from behind, wearing a large backpack and a head-mounted display (HMD). The backpack is decorated with a pattern of colorful arrows pointing in various directions. The person is standing in front of a chalkboard filled with various educational terms written in chalk, such as 'QUALIFICATION', 'PROSPECT', 'DEGREE', 'WORK', 'STUDIES', 'COURS', 'TS', 'LI', 'FOO', 'MI', 'OYMEN', 'FOCUS', 'OCATION', 'PE', 'EVER', 'UDIE', 'EGRE', 'PROS', 'UALIFI', 'RESPECT', 'DEER', 'WORK', 'COURS', 'TS', 'LI', 'FOO', 'MI', 'OYMEN', 'FOCUS', 'OCATION', 'PE', 'EVER', 'UDIE', 'EGRE', 'PROS', 'UALIFI'. The person is wearing a grey sweater and a red backpack. The HMD is a black head-mounted display with a clear lens. The chalkboard is green and has various words written on it in different colors of chalk. The person is looking at the chalkboard. The illustration is in a stylized, hand-drawn style.

- 22 -

常な防衛反応であり、必要な変化であるということ。つまり、治る過程にあり、正常な経過であって、「よい」という「見通し」が立つわけです。しかし、それをあえて薬で抑えつけることは、なるほど、その時は治ったように見えるかもしれませんが、「臭いものに蓋をする」ことであり、長い目で見れば確実に事態を悪化させているのです。あえて[科学の論](#)を取り上げれば、「**発熱**」は「**感染時の生態防御応答**」であり、**37度以上で「バイ菌」を退治する「武器」として「活性酸素を作る」ことがわかっています**（[NHKでも取り上げた](#)ようです）。早々に解熱してしまつては、みなさんが恐れ遠ざけようとしている「バイ菌」を、自分で退治できるはずなのに、自分から積極的に退治できないようにしているのですよ。解熱してもいつまでも体調がすぐれないのは、あるいはそういうところから来ているのかもしれない。



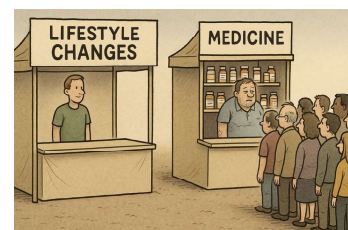
本当によくない時は、側から見てもわかります。本人が弱音を吐いても「これくらいなら大丈夫」と言えるくらいがちょうどよいでしょう。

例えば本人がケロっとしているのに、熱が出た、鼻水が垂れている、咳き込んでいるから「これは大変」と、「この程度」のことでことさらに騒ぎ立てることが、どれほど本人を不安にさせ「本式の病人にさせる」迷惑な対応かということは、もうおわかりになるかと思います。まして、病名がつこうものなら、どうなることか（「当院について」>こんな方に>不調の本質を見失っている方にを参照のこと）。

子は親の背を見て育つもの。もし、あなたが自分の不調の時に、すぐに病院に行き、薬を飲んで、なにがなんでも抑えていくという対応をしてくれているのであれば、これからは見本としての態度を示すこともやっていってください。それは、あなた自身の元気さに直結している問題でもあるのですから。



おまえは〇〇なんだから



とにかく薬を飲めば安心だ

・まずは鍼灸院に

親の務めは、我が子を元気に育てること、不調に陥らないように日々の体調管理に気をつけてあげること、安心できるよう「大丈夫」という態度を示すことなどでしょう。同時に、親もできるだけ元気であるということも含まれることも書きましたね。

だいたいのは治っていきますが、治らない場合には、あるいは少しでも早く元気にさせてあげる手助けに、さらにその先のいつも元気でいられるように、これからは「まず鍼灸院に行って相談してみる」、そして「鍼灸による治療を取り入れる」という新しい対応をしてみてください。

「自分（の状態や限度）を知る」ための様々な助言や「元気に育つ」ことのお手伝いをいたします。

・可能ならご家族みなで

こどもは、あらゆることに対し敏感に反応します。親がそうであるように、こどもも親の心身の状態を常に感じとっていることもご承知ください。そのため、そうした相互関係が双方の症状の原因になっている場合も多々あります。思い当たる節のある方は、一緒に治療されることをおすすめします。

また、幼いお子様と来院する場合には、「はりを打ってもらいに行く」とか「〇〇を治してもらいに行こう」などとお子さんの恐怖をあおらないようにしてあげてください。本人には「ちょっとお話をしに行こう」とか「元気にしてもらいに行こう」などと言っていらしてください。

施術するのは私たちですが、治療を続けるのはみなさんです。どんなことでもそうである

ように、治療には根気が必要となります。ご縁のある方々には、どうか面倒がらず治療を継続していただければと思います。

お子様に限らず家族が元気であることは、家庭に、ひいては社会に明るさをもたらすことでしょう。

◆不妊の鍼灸治療

不妊治療の前に

不妊治療の前に、大切なことがあります。

- ・ **そもそも、いつ授かってもおかしくない夫婦生活を送っていますか？**
- ・ **タイミングを見計らうばかりで、子作りのためだけの関係に陥っていませんか？**
- ・ **いずれかが疲れすぎて、関係自体がなくなっていないですか？**
- ・ **あるいは、行為自体に不慣れであったり、嫌悪していませんか？**



子供は、授かるだけではありません。出産、そして子育てが待っています。

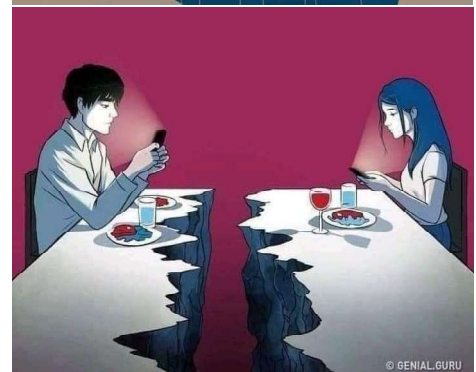
なによりもまず「**夫婦の関係が良好であること**」。

医療の現場では、生殖にばかり目が向けられるのみで、こうした自明のことは問題にされませんが、もっとも根本的な問題です。

不妊治療をしている夫婦の正確な統計は不明ですが、来院される方々のほとんどが、器質的な問題の前に、こうした問題を抱えている、あるいは、不自然で無理のある不妊治療のためにそうした状態に陥ってしまっています（夫婦関係がぎくしゃくしているならば、マーク・ローレンス監督映画「噂のモーガン夫妻」をおすすめします。見終わる頃には、二人の気持ちも変わっているかもしれません）。

川島雄三監督の「愛のお荷物」という映画に、「四十八の恥かき子」とか「四十八の産み止め」という文言が出てきますが、映画の題が示しているように、切に「望むもの」ではなく、自然にまかせれば「できてしまうもの」だということを忘れてはならないように思います。ある年齢になれば、避妊するよう教育されるのはそのためでしょう。そして、「あきらめた頃にできた」という話をよく聞くのもうなずけます。

単なる個人の生殖能力を問題とする前に、**まずお互いの関係を大切に**してください。



今、しきりと加齢に伴う卵子の老化や、男性の精子の減少や運動率低下がさげばれていますが、個人差のある事柄です。女性では四十歳を過ぎての初産も、男性では六十代での子供も決してめずらしいことではありません。

こうした差はどこから来るのでしょうか。

「小児鍼のこと」(こどものこと>脾の「成長」を支えるものと妨げるもの)に触れましたが、「食」と「知恵」の問題も看過できません。ここでの再説は控えますが、その人を形作り元気を左右する「食」、人として大切な何か、そして、生きるための「知恵」についても、じっくりと二人で考えてみてください。それは、二人だけではなく、あなたの方の子にも受け継がれる大切なことなのです。そのうえで、様々なことを進めていくことがなによりも肝要です。

近頃、ようやく[ニュース](#)になった「香害」について書いておきます。不妊に関連する「知恵」のひとつです。よく使われている洗剤や柔軟剤の業務用ボトルには「GHS」の表記があり、「生殖能及び胎児への悪影響のおそれ」と小さく明記されていますが、なぜか少量の一般用にはないのです(「RNらりりん」さん、「@M43129106」さんの記事)。また、消毒薬、界面活性剤、柔軟剤、シャンプーなどの帯電防止剤に使われる[第四級アンモニウムオカチン](#)は、健康に様々な影響を与えられていると言われています。例を挙げると、軽度の皮膚や呼吸器の炎症から皮膚の焼灼性熱傷、胃腸炎、吐き気、嘔吐、昏睡、痙攣、低血圧、死などがある、と。よくよくお考えください。

当院では、手洗い(シャボン玉せっけん)、食器洗剤(シャボン玉せっけん)、洗濯洗剤(ASK株式会社のえみな[siemina])、すべて無添加のせっけんを使っています(私は歯磨きにも手洗い用石鹸です)。また、洗濯時の漂白剤は酸素系漂白剤(過炭酸ナトリウム)、柔軟剤にはクエン酸を使っています。息子のサッカー後の靴下や衣類のすごい臭いや、洗濯後にも残る臭い、あるいは汗をかくと匂い出す臭いなど、下洗いなしでも消えています。もちろん、泥まみれの靴下は、下洗いすることをおすすめします。

「臭い」に関連して、国立大学法人東京農工大学大学院工学研究院生命機能科学部門の福谷洋介助教とエステー株式会社の共同研究チームの「[嗅覚受容体の応答を指標に実悪臭を消臭することに成功](#)」にも驚きを隠せません。「市販されている消臭剤のなかには、くさいにおいを消すために強いにおいでマスキングする方法をとるものがありますが、その消臭剤に使われている香料のニオイ自体をくさく感じる人もいます。近年、強すぎる香りに対して化学物質過敏症への影響が問題視されており、解決が期待される課題の1つとなっています」として、「におい受容体の悪臭原因分子に対する応答を抑えることで、実用的な消臭作用のある香料物質を発見」し、その「香料物質」による「におい受容体の応答障害を利用し



危険な化学薬品を知らずに使っていませんか？

アタック、ソフラン、NANOX、トップ、アリエール、ボールド、キュキュット...

2025年2月ver2

必ずご使用前に表示

【ソフラン プレミアム消臭剤】
【アタック】
【NANOX】
【トップ】
【アリエール】
【ボールド】
【キュキュット】

呼吸器・肝臓・腎臓の障害
咳・鼻水・喉痛・花粉症の症状
腎臓肝臓の数値悪化等

生殖能・胎児への悪影響
不妊症・精子卵子への影響
更年期悪化・生理不順等

GHS=国連の危険な化学物質を示すマーク
「うちの製品はGHSがついていないから安心」←いいえ！
日本は一般向け商品はこのマークの表示義務無し
同じ薬品でも「業務用」の販売物のみに危険性表示！

身近な製品が、実は危険！

柔軟剤も化学物質です
←医師による柔軟剤の危険性の説明



た消臭方法は、生活空間における悪臭を従来の強い香りで覆って消臭するのではなく、ヒトの嗅覚の受容機構を利用することで、効率的に消臭することを可能にする技術」と言う。要するに「臭いものに蓋をする」ことから脱却して、「人の嗅覚を麻痺させて、単に悪臭（とやらを）を感じなくさせる」というもの。

「香害」対策も念頭にあるようですが、はたして素晴らしい技術なのでしょうか。少なくとも私には、大の大人がまじめに考えたとはとても思えないような「幼稚な発想」を、できてしまうからと、なんの疑いもなしに実際に作り出した「人の野生、能力を壊すおそろしい技術」にしか見えません。「臭いには理由がある」わけで、これでは「危険の察知ができなくなる」ことと同義。「大人なのにそんなこともわからないんだね」と言われても仕方のないように思いますが、私がおかしいのでしょうか。お勉強のできる人の考えることはまったくわからないですね。そもそも「臭う」ことのなにがいけないのでしょうか。ウイルスや菌の消毒と同じく、そんなに嫌なら、人がこの世界から消えてしまった方がよいと考えるのが「まとも」でないのでしょうか。問題視するのはいつも人の側なのですから。

人は「もの」ではない

現在の生殖医療は、人を「もの」扱いした究極の世界への入口と言っても間違いではないでしょう。なぜなら、『すばらしい新世界』で描かれる「[ボカノフスキー法](#)」が、高等研究院ヒト生物学高等研究拠点（WPI-ASHBi）の斎藤通紀教授・拠点長や村瀬佑介特定研究員、横川隆太博士課程学生らが生殖医療を進めるうえでの研究成果と謳った「[ヒトiPS細胞から卵子と精子のもとを大量作製](#)」として現実に進んでいるからです。また、「[人口子宮](#)」もしかり。[子孫繁栄社会構築チーム](#)が提言する「[望めば誰もが、将来に夢と希望を持って 子供を産み育てられる社会](#)」では、「完全なる人工子宮」や「男性でも妊娠できる選択肢」も例として挙げられています。まさか男性までとなると、なにがなんだか。映画「ジュニア」も問題ですが、それも現実味を帯びてきていますね。京大発の「孵化条件づけセンター」もきっと夢ではないでしょう。そして、あなた方が胸を踊らせているのであれば、そういう社会へとひたすらに突き進むことでしょ

う。余談ですが、『素晴らしい新世界』でおなじみの「睡眠学習」を使い、我が子に「医者になる」と聞かせ続け、その子はとうとう医学部へ進学したという現実を目の当たりにしたことがあります。そして、その子は「楽な皮膚科を選ぶ」と言い切るといふ始末。「西洋医学の本領は外科ですよ」と言ってもピンとも来ない有様。

「記憶力」が人より優れ、ちょっと「お勉強」ができる者が、楽に儲かる仕事として選ぶというその価値観は、私のようなできの悪い人間にはまったく理解の及ばないお話でした。それに類して、私が通った鍼灸大学（当時は日本唯一）では、医学部に入れずにいやいや来ている学生がそこそこいました。そのほとんどの親が医者で、なんでもいいから医療系（鍼灸師の仕事は医業類似行為であり、医療系ではないのですが）にとのことなのでしょう。本人達のそのやる気のなさ、高価な衣服や外車などがあいまって、なかなか壮観でした。また、その中には卒業後、友人がすでに医者になって、いい給料をもらって、もういい車に乗っているなどとうらやむ者もあって、悲惨と言うよりほかはありませんでした。「学歴」や「生存競争」にどっぷりつかって抜け出せない様をまざまざと見せつけられ、

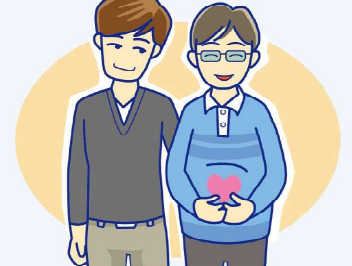


①授かる技術の開発

2050年：ヒトの女性の身体に依存せず、子供を儲けられる技術を開発する。

（例）完全なる人工子宮
妊娠期間なし。出産リスクなし。

（例）男性でも妊娠できる



女性に妊娠出産の負担が押し掛かるのは、女性にしかその機能がないから。
未来には、別の「選択肢」があってもよいのではないかな？

考えさせられましたね。そんなことで人に上下をつける思考は、親の影響も少なからずあるでしょうし、あるいは親が子を思い通りにしようと仕向けた不幸の結果なのかもしれません。来院する患者さんの中にはそこそこの社会的地位にある方もおられますが、残念ながらその方々がすべて品性があるとは言えず、成績優秀者の優越感や下々を見下すような横柄な態度をかくすことなくむしろ誇示する、それでいて靴やスリッパの脱ぎ履きすらまともにできない、「お勉強」だけでできればいいと育てられてきたのがありありとわかる子供のままの大人。そうでなくとも、多くの方は学校教育の賜物であるところの権威主義になずみ、人を学歴や職種、役職などで判断する癖がついておられるようです。「成功」＝「地位」＝「お金」＝「飽くなき物欲」、このむなしさ、おわかりになるでしょうか。「ひがみ」などではさらさらなく、「大切なこと」はそんなものではないはず、ただただそう言いたいだけです。

話はもどって、ほかにも映画「デモリションマン」や「ロスト・エモーション」を思わせる、男女関係の忌避（肉体的なつながりや出産は穢れ）や崩壊を助長する「精子凍結」*。

「[結婚も出産も女性主導から“自分のタイミング”で 精子凍結する男性たちの意識の変化](#)」では、「結婚前の早い段階から健康状態や妊孕性を測る検査を受けたり、生活習慣を整えようとしたりする動きが顕著になってきた」こと、「年齢をはじめ、日頃の生活習慣も精子や卵子に影響を与えるという認識が少しずつ広がってきている」こととして評価しています。もちろん、そこは私も評価したいですが、やろうとしていることはあくまでも男女の関係を置き去りにした、「卵子」と「精子」をただ「受精」させた「受精卵」を用意し、「着床」させ、ただ「子」を作るという、無機質な世界。



それでもあなた方は、そのようにして我が子を望みますか？
そのことを止めることはもちろん、否定することもできませんが、その後のことも含め、よくよくお考えいただければと思います。

*ほかにも、『1984年』では「(党は) 公式に認められている結婚の目的は一つ、党に奉仕する子どもを作ることだけである。性交は、浣腸と同じように、いささか不快な軽い処置であると看做されるべきなのだった。これもまたはっきり語られるわけではないのだが、党員は誰もが子ども時代からそれとなく刷り込まれるのである。〈反セックス青年同盟〉といった組織すらあり、男女ともに完全なる禁欲を目指すべきであると提唱していた。子どもはすべて人工授精（ニュースピークでは〈アートセム〉という）で生まれ、公共の施設で養育されるべきだというのである。（中略）党は性本能を抹殺しようとしていた。或いは、それが不可能であれば、性本能を歪め、汚そうとしていた。（中略）そして女性に関して言えば、党の努力は大筋において成功していたのだった。（早川書房新訳版102～103頁）」と描写されています。どう感じますか？

鍼灸の治療

来院するのは女性ばかりですが、来院できない（あるいはしない）男性は、多忙すぎて精力が減退していることが多いようです（もちろん、共働きの場合も少なくありませんから、女性も同様に疲労していることもあります）。本質的に言えば、どちらに問題があるかということが問題なのではなく、片方にまかせっぱなしにしていることが問題なのです。不和のもとですからね。もし努力すべきことがあるとすれば、ともに行動するということでしょう。それを「協力」と言うわけですが、できるかぎりそうにしたいものです。ほかの誰でもない夫婦のことですから。

鍼灸の本質は、全身的な治療により体調を整え、年齢相応の元気さを発揮できるよう後押しすることですから、不妊に特化した何かをするわけではありません。しかし、遠回りに見える鍼灸は、生殖にのみ着目した治療の限界を補うものであるばかりか、最初に取り入れるべきであるということを、賢明なあなたは、きっと理解されることと思います。

こうした理由から、妊娠をのぞまれる場合は、夫婦そろって治療することが最善と考えております。当院では、不妊にまつわる全体の問題を対象にした治療だけでなく、産前産後にわたる期間の体調を整えるお手伝いもします。産前の治療では安産や胎児のより順調な

成長のために。産後はなによりも肥立ちが大切。同時に、赤ちゃんの発育も。鍼灸は、そのあらゆる面において対応することができますので、ご相談ください。

◆コロナのこと ～鍼灸はコロナ対策に最適な方法のひとつです～ 2020/03/25

はじめに

「コロナ対策に鍼灸？」と、ほとんどの方が思うことでしょう。病院ではもちろんのこと、メディアなどでもほぼ取り上げられることはないですからね。鍼灸が浸透していないわが国では無理もないことです。それはそれとして、この騒動を機に、なぜコロナ対策に鍼灸が最適な方法のひとつであるのかを、鍼灸のことをよく知っていただくためにも書いてみたいと思います。

感染することを前提に行動するべきこと

コロナウイルスの感染拡大を止めることは、インフルエンザなどと同じように、困難です。実際に新型コロナウイルスはいちおうパンデミックに至ったとのことですし、拡大はしばらく苛烈を極めることになるでしょう。ならば、感染することを前提に行動していく方が、現実的ではないでしょうか（できれば感染したくはないのですが）。

冷静に状況を判断するために ～私たちのよく知るパンデミックはインフルエンザ～

コロナウイルスの感染拡大はやむを得ないこととして、その状況を冷静に判断し、不要な恐怖心を持たないために私たちができることがあります。

これまで身近に起きていたパンデミックは、みなさんがよくご存知のインフルエンザです。厚生労働省によれば[年間1000万人](#)（Q10.通常の季節性インフルエンザでは、感染者数と死亡者数はどのくらいですか。）と推計されているようで、あえてピーク時の12月から3月の4ヶ月のみとして平均感染者数を割り出すと、1ヶ月で250万人、1日約8万人となります。



私たちがよく知るインフルエンザの流行の本当に多い時期を1日20万人として見積もったとして、家族や親戚、友人をはじめ、学校や職場などでどの程度の人たちが罹患していたかが指標となるでしょう。

身近な人たち、そして、そこから聞こえてくる周囲の感染状況を、「うちもなりました」「お宅もなりました?」「すぐに熱が下がって元気で暇を持て余しています」「学級閉鎖になって家で子供がうれしそうにしています」「会社を休まざるを得なくて迷惑をかけてしまった」などと、みな流行っている状況を半ば笑いながら共有していたことを思い出してください。

言いたいのは、テレビや新聞などが伝える感染者数ではなく、体感としての流行具合です。それも、かつてのインフルエンザと比べて多いのか、症状はひどいのか、という視点を持ってください、ということです。

それから、感染症と言われていますが、どの家庭でも必ず全員が罹患するわけではありせんよね。時に全滅ということもあるでしょう。しかし、ある家庭では一人だけ、あるいはほかではもう一人、といった具合に、その時その時で違っているはず。個人差、つまり家庭や社会環境の違いによる個々の状況や体調を考慮に入れるべきということです。私は、仕事柄、体調管理で定期的に通っている患者さんには、インフルエンザや風邪になった時には往診すると伝えています。そして、必ず最初に「うつしたら悪いから」と心配されますが、キッパリ「一度たりともうつったことはありませんし、東洋医学にはうつるという概念（病因論）が皆無に等しく、私自身もそう考えているので問題ありません。仮にうつったとしたら、その時は自分で治療して治るのを待つだけです*」と言い切って、実際に何度も往診し、今も無事に生きています。

ウイルスを問題（敵）にしている間は、ウイルスからは逃れることはできませんが、すべての問題を自己の問題として見たならば、様々なことが違ってくることでしょう。

*例えこのために重症または病死することがあっても、それはそれだと思っています。
私も「命がけで生きている」一人だからです。
ただ、多くの方と決定的に違うのは、日頃から可能な限りの自分の手入れをしている
という点です。人事を尽くしきれているかはわかりませんが、天命を待つ心がまえは
少しはできていると思っています。
もちろん死ぬことは嫌ですが、正直に言えば、いわゆる厭世的な私は、そこまで何が
なんでも生でいたいとも思っていません。病を恐れ、病院に駆け込む多くの方は、な
んと言いますか、きっと幸せなのでしょう。

感染予防や拡大抑止では根本的な対応にはならず、はなはだ不十分であること

2025/09/02増補

コロナウイルスに対する有効な治療法が確立されていない今、できることは何か？

日頃から消毒や防護といった外敵を駆逐したり遠ざけたりすることばかりに気を取られる
のではなく、自分の体調が万全であるのかをこれを機に見直してみてはいかがでしょう
か？

うがいや手洗いなどの感染予防、マスクや他人との接触制限などによる急
拡散の抑止では感染への十分な備えとは言えません。

除菌や消毒は、かえって自分を構成する内外の常在菌を殺すばかりでなく、
日頃、自然に処理している雑菌などに対する抵抗力も落ちる一方。特にこ
どもには悪弊ばかりです。公園など外で遊んだり、こども同士で接触する
ことで獲得していく免疫が備わらず、「ひ弱」で「病弱」なまま育ってい
くことになります。

また、マスクは表情が見えないため、①[人の感情を視覚によって理解する
ことが上手にできず、自分も表現できないまま大きくなる可能性が高まり
ます。](#)ほかに、②[マスクに含まれるマイクロプラスチックの吸引による
健康被害](#)や③[マイクロプラスチックを含む無生物毒素の吸引による発癌の
可能性](#)、④[同じマスクの長時間着用による不衛生*](#)とそれによる様々な病
気の発症の危険性など、表向きの効用よりも懸念されている弊害の方がは
るかにおおきな問題ではないでしょうか。これは大人にもあてはまること。

*当たり前ですが、マスクの性能に比例して外部から入りにくくなると同時
に内部からも出にくくなり、内部に呼気がこもり何かが付着するのは当然の
ことです。

冷静に考えれば、いつまでもこのような対処をし続けることの意味も問うていかなけ
ればなりません。清潔とはいったいなんなのか、本当に必要なのか、それを続けるこ
とで何が起きるのかを。なぜなら、感染するのは人であり、拡散するのも人だからで
す。

誤解を恐れずに言えば、感染は避けられません。感染することを前提にすれば、おの
ずと行動も変えざるを得ないと思います。たとえ対コロナウイルスの有効な治療法が
確立しても、それは変わることがありません

体調をととのえていくことがなによりも大事であること

では、何をしたらよいのか。

だれもが知っている体調の管理です。

まず向き合うべきは、ウイルスに立ち向かうための城となる自己の心身でなくてはなりま
せん。安定した心、充実した体があってこそ、目に見えないウイルスとも戦うことがで
きるといえるものです。不安や恐れに萎縮した心、疲労困憊した体では、丸裸同然、どんな
外に対する策を講じて、その効力は半減どころかほとんど意味をなさない可能性すらあ
ります。



現に重症化するのは高齢の方や持病のある方である傾向があり、多くは軽度の症状で済むようです。そして、不顕感染で終わる人も多いのではないかとされています。もちろん、若い方や元気な方（自称*）でもひどい症状に見舞われたり、重症化する場合もあります。

こうした違いは、ひとえに個々人の免疫力の差にあると言っても過言ではないでしょう。

・十分な食事と睡眠 ・休息 ・適度な運動や発散 ・充実した時間

これらは私たちがよく知っていて日頃からできる王道ではあるものの、難しくもあります。頑張りすぎず、できることから少しずつやっていくことが大切です。そうすれば、目には見えなくとも自然と変わってくることでしょう。

コロナウイルスが私たちに突きつけたものは、人も動植物と同じく、個々が自然の中で日々「命がけ」で「生きている」という冷酷な事実です。相手を思いやる心、少なくとも家族を思う気持ちは、ひとり人に備わったものではありません。ただ人のみがウイルスを認識し、そのための悲喜劇を演じているのです。

自分を守ることは、大切な人を守ることに通じていることは間違いありません。

今言えることは、自分の守り方を考えるべき時期に来ているということでしょうか。

*元氣と感ずることはとてもよいことですが、その感覚と実際の状態が一致しているとは限りません。

あなたをとりまく環境は、すべて順調ですか。ねつきの良し悪し、夜間の中途覚醒・小水・夢の有無、寝起きなど、いかがでしょうか。大便秘結は毎日でているでしょうか。下痢しやすいか、便秘だつたりしないでしょうか。肩こりや腰痛、頭痛、冷えやほてり、気分の浮き沈みなどありませんか。天候や季節によって特定の症状が出たりしませんか。疲れがたまってくるとヘルペスや帯状疱疹、円形脱毛が発症したりませんか。服薬中ではありませんか。

日頃、あまり気にしないようなささいなことであっても、その人の消耗度というものが如実に表れています。

鍼灸では、そうした大小様々な状態を総合的に判断し、全身的な治療をしていきます。

こんな今だからこそ免疫力を高める鍼灸を

免疫力を高めることと言えば、鍼灸もはずすことはできません。

鍼灸は、「氣をめぐらす（ととのえる）」ことでその人の持つ回復力（自然治癒力）を高め、慢性的な苦痛や様々な症状の全体的な改善を促していきます。諸症状の改善の結果からみて、循環がよくなることで自律神経の変調や心身のバランスが整っていくということが言えます。また、長く治療をされている方の多くは、「疲れにくくなった」「いつもよりも頑張れる」「浮き沈みが減った」「カゼをひかなくなった」「顔色（心）が明るくなった」「肌つやがよくなった」など調子のよさを感じられることから、免疫力の向上や体調の維持にも寄与していることは明らかです。

目に見えないものに恐怖し、それにばかり氣を取られていると、大事なことを見失うばかりか、そのために不要なストレスをかかえることにもなります。それよりも、目に見えない自分の免疫力を信じれるようになるための策を講じることの方が何倍も前向きな行動だと思います*。

定期的な鍼灸治療により、心身は丈夫になり、様々な外的要因（季節・天候・ウイルス・細菌・人間関係など）に柔軟に対応できるようになっていきます。カゼやインフルエンザはもちろんのこと、このたびのコロナウイルスであっても、鍼灸が最適な対策のひとつになることがわかりいただけるのではないのでしょうか。

こんな今だからこそ、①少しでも感染の可能性を低くするために、あるいは②感染してもより軽く済むように、ひいては③医療崩壊を防ぐためにも、生活の在り方に目を向け、鍼灸による事前（予防的）治療という積極的かつ攻めの選択で元気になることを是非お考えください。

*東洋医学には古くから「未病治（未病をおさめる）」という考え方があります。病気の予防や体調管理も含まれるもので、それと似た発想が兵法にも「無形の勝ちをおさめる」▼としてあります。簡単に言えば、結果が目に見える形でわかるのではなく、誰も気がつかないうちに病の芽を摘み、勝ちを得るのが最善であり、それこそが真骨頂だということです。鍼灸が予防医学とも言われる所以です。

▼『孫子』形篇「見勝不過衆人之所知、非善之善者也。戦勝而天下曰善、非善之善者也。故拳秋毫不為多力、見日月不為明目、聞雷霆不為聡耳。（勝ちを見ること衆人の知る所に過ぎざるは、善の善なる者に非ざるなり。戦い勝ちて天下善なりと曰うは、善の善なる者に非ざるなり。故に秋毫を挙ぐるは多力と為さず、日月を見るは明目と為さず、雷霆を聞くは聡耳と為さず。）」。

事後（発病後）から事前（予防）の治療へ

すでに自粛のために、イライラやうつ気味、不安傾向など心に問題を抱える人が増え、その果てのDVや虐待、離婚、殺人といった家庭内の不和にまで影響が及んできています。一番の敵は、ウイルスではなく、不安や恐れです。

今こそこれまでの治療概念をおおきく変える時です。ウイルスを避けることから、ウイルスに負けない心身を維持することへ、それこそが自分を守り、そして大事な人を守ることにつながっていくものと信じております。

より多くの方が生活の一部に鍼灸を取り入れられることを切に願っております。

それでもコロナになったらダメですか？

ここまで読み進められた方に問います。

「コロナになったらダメですか？」

まだダメだと思う方は、なぜそう思うのかを自問してください。

「みんなのため」、あるいは「医者が」「専門家が」「国が」「みんなが」「そう言うから」という理由は、他責であり、また権威主義、群衆心理、あるいは同調圧力の結果であって、まったく自分の意思ではありませんから、それはひとまず横に置いて、、、*。

怖いですか？ 不安ですか？ その恐れはいったいどこからきているのでしょうか？**

よい機会です、しっかりと自分と向き合ってみてください。

私は自分になってもしかたないと思っています。すでに述べたように、ならないように自分なりに（おそらく多くの方よりはかなりしっかりした）手入れや努力はしていますから、それでもなったのなら致し方ないこととおとなしくあきらめます。そして、あがくことなく、淡々といつも通り自分で、そして山田に鍼灸治療をしてもらい、治るべきものであれば、そのように回復するようしていくだけのことです。もし治らないものであれば、それはそれとして受け入れるよりほかはありません（死期を迎えた人への延命措置ほど残酷なことはありません。静かに逝く準備を邪魔され、無駄に苦しむ時間が延びるのですから）。

私たちは、いつかは必ず死を迎えることをどうか忘れずに。「死に様」も大切です。

*自分の外に「ウイルス」などの「敵」を作ることとは責任転嫁であり、また「みんな」を理由にすることはあまりにも安易で思考停止の状態にあるということ。これらは、個人の意思を表明できない全体主義、かつての「戦争」に通じている危険な状況でもあります。マスクやワクチンの「推奨」「着用をお願いします」などと言いながら、その実は「強制」や「義務」と変わらない力を持っています。「みんなのために」という殺文句のために。また、コロナに対する恐怖や不安を逆手に取られ、国民の多くが自ら緊急事態宣言やマスク着用、ワクチン接種を進んで求めるという事態も起きています。「病気喧伝」しかり、「早期発見」、「早期治療」、毎年の「健康診断」の案内も変わりなく、「あなたの健康のため」「大切なお知らせ」などとあたかも私たちを思いやるかのような優しさを装っているだけで、実質は病を恐れる心理を巧妙に利用した病院への誘導であり、私たちはみずからそれらを求めるようにしむけられているのです。「疾病予防」とは、自分のこと（生活、環境など）を自ら顧みて、大病をしないように、自ら自分の手入れをしていくことです。「大事は小事より起こる」もの、日頃の手入れ

が何よりの予防になることは、賢明なあなたには容易にわかることでしょう。予防（日頃の手入れ）こそが先手であり、「早期発見」「早期治療」「健康診断」はすべて後手の手段であって、文字通り「早期」の事後処理のこと、何の予防にもなっていないことをよくよく理解しておく必要があります。「ワクチン」については後日、追記します。故に他責ではなく自責であれ、問題は常に自分にあり、と何度も申しているわけです。

****私からの箴言**

「**不安**」：少なくとも不安には分からないことから来る漠然とした不安と知ることによってそう深まる不安のふたつがある。

「**倒錯**」：長生きしたい、健康でいたい、病気になりたくない。その極に、微に入り細に入り、わざわざ病を見つけ出そうと必死になる。

「**早期発見、早期治療**」：そのもっともらしい文言が「甘美」に響くようであれば、すでに「重症」だ。

「**ワクチン**」：「不安」をやわらげ「倒錯」した心を落ち着かせるための麻薬の一種。

「**敵**」：①もっともいまましい「敵」は自己を棚上げする「他責思考」

②もっとも恐るべき「敵」は現代医学を至上とする「医療専制」

③もっとも注意すべき「敵」は科学こそ絶対と思わせる「エビデンス」

④もっとも疑うべき「敵」は医学と科学の常套句「最新」「最先端」「新説」「新知見」「新常識」——— 間違いを素直に間違いとは認めずに、これまでの認識をいともたやすく変えおおせる「魔法の言葉」

追記 1 2020/04/08

緊急事態宣言が出た今、ほんとうに怖いのは次の4点。

- ・感染を恐れて疎開する人々が地方にウイルスを伝染させること。
- ・ウイルスのために仕事を失い貧困にあえぐ人が大量に出て、混乱をきたすこと。
- ・流行が長く続き、その猛威を極度に発揮した時、自暴自棄となって誰も逃げ隠れしなくなる。
- ・感染者数が次第に減少し、緊急事態宣言が解除されてから、人々が気を緩めた時。避けていた人混みを作ることによって感染がぶり返すこと。

デフォー『ペスト』*から読み取れる17世紀の人々の動向は、今とほとんど変わらない。また、無症状の患者が多く、そのために感染がより拡大したという点でも共通している。大きく異なるのは、ペストの致死率が7割ほどであること、またペスト蔓延中は常に方々からかなりの義捐金が集まり、職を失った人や貧困層の経済による死を防いだこと（ただし、ペスト終息後は救恤金が集まらず、貧困者が続出したとのこと）。

現在のコロナウイルスによる死亡率から見て、コロナがペスト以上の猛威を振るうことは考えにくい**。ただし、季節性でないと見られることから、終息するにはある程度の蔓延が必要であり、だらだらと続くことが予想される。少なくともワクチンや特效薬が作られるまでの我慢となる。

とはいえ、どこまでも体力勝負であることには違いない。それがペストであっても***。

*私が読んだのは中公文庫版。臨場感あふれる筆致は圧巻（あるいは平井正穂の訳文か）。

以下の注に示した通り、今回のコロナはかわいいものだろう。是非、一読を。

**ペストの死亡率は約7割、1665年のペスト流行ではロンドン市内の25%（10万人）が死亡したと言われている。恐ろしいペストでさえ、ロンドンの人々を全滅させることはなかったことを考えても、コロナが全世界でどんなに猖獗を極めてもこれほどにはならないだろう。

***命のいとなみがつづく限り、ウイルスの変異もとめられない。ウイルスを滅ぼすことができるのであれば、媒介するすべての命を絶たなければならない。そして、人も例外ではなく、それを願う人がまずもってその対象となることはまぬがれないだろう。ウイルスを敵と認知しているのは、唯一、人だけなのだから。

追記2 2020/04/19

緊急事態宣言が全国に広げられた今、これからの日本の感染拡大はどうなるのだろうか。人命を第一に考えれば、何よりも医療崩壊を防ぐことが最重要の課題となるのは間違いなし（同時に経済困窮による死も防がなければならない）。そのための全国での緊急事態宣言である。これまで失敗してきた同じ病院での混合入院は早急にやめなければならない。院内感染を防ぐことは不可能で、それによる事態のいっそうの悪化は悲惨というよりほかはない。コロナに特化した医療施設の充実が急務であり、その早期実現を願う。

ところで、日本の緊急事態宣言が欧米のロックダウンよりもかなりあまいということはよく言われているところである。が、それには意外な効用もあるのではないかと考えている。簡単な理由で、平時よりもかなり多くの人々が、日中に散歩やジョギングをしたり、公園で遊ぶなど、日光に当たって体を動かしていることにある。適度な運動、それも陽に当たる状態であれば、室内や夜にするよりも体にとってはよりよい結果をもたらす。欧米では、それを一切禁止しているため、肉体的だけでなく、精神的にも大きなダメージを与え、たとえ感染拡大が落ち着いても、人々の心身はボロボロで、ロックダウン解除後の感染の急拡大や死者増加の恐れも可能性としては高いと思われる。そういう意味で、日本での拡大は一定程度は進むとしても、ロックダウンを経験している欧米の人々に比べ、相対的に心身が安定しているはずであり、緊急事態宣言終了後も再拡大はあるとしても、被害は少なく済む可能性が高いと言える。

感染することを前提に考えれば、現在の日本のやり方は間違っていない。繰り返しになるが、安定した心身こそが、①感染の可能性を低くさせ、仮に②感染してもより軽く済むための絶対条件となることを忘れてはならない。私たちは、共存するしか道はないのだから（ウイルスと戦うことはできないのだから）。

追記3 ワクチンのこと 2025/08/18

ワクチンについて私見を述べておきます。

ワクチンは「不要」

私は、ワクチンについては「賛否」をこえて、ただ「不要」と考えています。

「根本的な原因が自分にある」ことをまったくかえりみず、「すべての原因はウイルスにあり」と断定し、敵を外に作り、消毒や抗生物質による攻撃、マスクやワクチンによる防衛することが、本当に適切な対応なののでしょうか。

なんと稚拙で粗野な発想か。

「ワクチンの副作用」と「かかった時のつらさ」と、どちらがいいですか。ワクチンは打てば100%体内に何かが入り影響がでます。それに対して、ウイルス（があるとして）にどれほどの確率ででくわせるのでしょうか。上記の「冷静に状況を判断するために ～私たちのよく知るパンデミックはインフルエンザ～」に触れたように、確かに罹患を避けることは不可能ですが、その一方で、すべての人が一挙に罹患することもまた起こり得ないでしょう。そして、この間の動向からワクチンを打とうが罹患を防げるわけではないことも明らかです。にも関わらず、ワクチンの高い摂取率。自然に罹患することを許容するよりも、異物を体内に入れることを自ら進んで求めた事実、また他人にも打つことを求める異常さ、これこそが恐ろしいことではないのでしょうか。

インフルエンザ予防接種については以前から言われていること（[前橋市医師会「インフルエンザの予防接種」](#)。宇多川久美子『その「1錠」が脳をダメにする 薬剤師が教える薬の害がわかる本』*）、私が診ている患者さんにも仕事柄、毎年打たなければならない方が何人もいます。中には打つとすぐにインフルエンザと同等の症状を呈するという方もおられ、



そのような方は鍼灸治療により無症状になります。 *5「インフルエンザ予防接種」は、ギャンブル、34頁繰り返します。ほんとうに怖いのは実態のよくわからないコロナですか。怪しげなワクチンですか。打った人も（打った人が、とも*）罹患するコロナ、超過死、認定数の増えるワクチン健康被害。私には注射器が銃口に、中身が殺傷能力のある銃弾に見えます。故に、それを向けられるのが怖くてなりません。体内に100%打ち込まれるのだから。そして、それによって被った何かは消せません。いや、そんなによくないものならそもそも打たせないでしようとか、仮に被害がでたら国の救済があるでしょうと言う方もおられるでしょう。ええ、後でどんな補償や治療があったとしても、多くは薬害などの認定はありませんし、おりてもずいぶん先のことです。その間の苦しみ、そして、待った末によくなる保証もどこにもないのですよ。しつこいようですが、救済や補償があるということは、すでになんらかの害が起こり、それを被ったということ。どうであれ、もうとりかえしのつかない状態にあるということですよ。なぜ何のために打つのか、よくよく考えましょう。

*日経新聞「[コロナ死者数、4分の1はワクチン未接種原因か 米調査](#)」の見出しを正しく理解するとすれば、コロナ死者の4分の3はワクチン接種が原因ということになります。あたかも未接種が原因でコロナに罹患して死亡するかのように「印象操作」をしたいのでしょうか、「ただただ怖くてなにも考えられない人」ではなく、「冷静に読んで考えられる人」ならば、「おかしい」と感じるでしょう。私たちを馬鹿にするのにもほどがあります。



「コロナ禍」と呼ばれる数年で何を学びましたか

この間の学びにより、今後、医療が私たちに喧伝する「未知の感染症」にどう対応するかが決まります。医療側は、コロナは「未知の感染症」で私たちには免疫がなく、特効薬もワクチンもなく、人はまったく無防備で丸裸同然だと、高圧的に言いました。それは、裏を返せば、医療ではできないことがないと白旗をあげたも同然なのです。

にも関わらず、人は発熱外来のある病院におしかけ、それも開院前の早朝から。なんとも元気なことで。元気なのはよいことですが、ほかに自分で自分にすべきことはあるはず。そうやって受診にこぎつけるまで長い時間ならび待った病院の対応は、キットを使った簡単な検査と解熱剤の処方、そして自宅療養と隔離の指示。口が悪いかもしれませんが、こどもの「お医者さんゴッゴ」となんら変わりのない、専門知識もまったく必要としない、各家庭でできるようなことのみ。真に人を思う医師や看護師などの関係者は、自分のしていることに疑問を持つかもしれませんね。自分はなにもしていないし、なによりも「治していない」と。

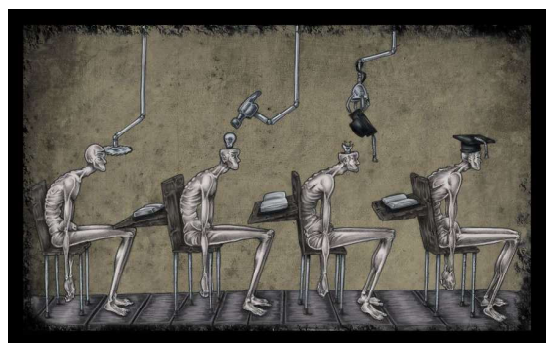
主体は自分であり、感染源でも、まして医療でもないのです。

意外と知られていませんが、①西洋医学の本領は外科、そして②薬は石油由来、かつ症状を抑えるだけで治さないこと、③人が治るのは自分の力であり、それが自然なこと、の3点はとても大切なこと。

しかし、医師をはじめとした今の医療従事者の多くは、そうしたことを知らず、学んだ医学知識を妄信し、西洋医学を至上のものと信じきっているようです。そのまっぐな思い故に。

昔の製薬会社関係者は、周囲に「命に関わるもの以外は飲むな」ときつくいつていたようですが、最近の関係者はまったく知らず、むしろ「困っている人のために日夜はげんでい」とかたく信じ、本人達も好んで飲んでいることからもうかがえます。医療従事者ならなおのこと。医師でもワクチン接種さえ当たり前にする時代です（一方では、何かしらの事情を知って打たない医師もいました）。

にわかにはわからないかもしれませんが、「感染症」は医療によりもたらされる別の意図を持った何か、「未知」を武器にして私たちに恐怖や制限そして従順を導き出す何かです。



関連記事を列挙しておきます。

・「厚労省「次に来るパンデミック」への対策を強化 “未知の感染症”に備える仕組みとは」

私には厚労省がさらに今後の「未知の感染症」に言及し、さらに私たちが不要な恐怖を植え付け、無用な医療に縛りつけようとしているように見えます。私の考えでは、「未知の感染症」の「日常生活や経済への影響を最小限」にするため必要なのは、医療（早期に把握する仕組み）ではなく、「日頃の体調管理」と「不調時の十分な休養」の指導とその環境整備です。

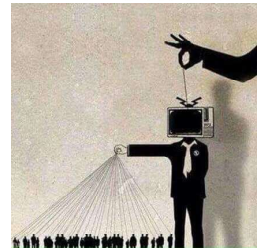


・「「ユーチューバーが「コロナワクチンを推奨するとお金がもらえた」と暴露…政府や製薬会社が「国のカネ」で拡散した「偽情報」」

「よく「反ワクチンは陰謀論・偽情報」と叩かれるのですが、ワクチンを推奨する情報こそ、国や製薬企業のお金によって作られた「偽情報」だった可能性がある」と。

私のような者が正論をいくら言ったところで、無関心、あるいは詐欺に遭っている最中の形相で、ほとんど誰も聞く耳をもたない。「大衆は常に間違っている」と言われても仕方ないのかもしれない、とつくづく思います。

権威主義、奴隷根性などなど、いくらでも揶揄できますが、「何を言っているか」ではなく、それを「誰が言っているか」が問題なのです。



・「「ワクチン未接種者への怒りが意図的な心理操作だった理由」」

イエール大学で2020年に行われた心理実験「大切な人を感染させたらどれほど恥ずかしいか想像してください」。これは「公衆衛生政策」という名目のもとで実施された大規模な非倫理的実験だ。

その目的は、「人々をどう操れば接種するか」。

そのために「周囲の人に接種を勧めさせること」、そして「接種しない人を悪者扱いさせること」が重要だった。単に個人に摂取させるだけでは不十分だからだ。あなたの大切な人を使って、あなたを追い込む戦略なのだ。



イエール大学が発見した「恥ずかしさ」という最強の武器

「ワクチンを打たずに大切な人に感染させてしまったら、どれほど恥ずかしく思うでしょうか」。これを聞いた人の摂取率は上がり、周囲に対して「ワクチンを打つべきだ」と強く主張するようになり、「そんなこと言って、誰かにうつしたらどうするの」と迫るようになったが、自然に思いついた心配からの言葉ではなく、研究者が最も効果的だと証明した心理操作によるものだった。

「科学を信じる」が生み出したマウンティング戦術

「ワクチンを拒否する人は科学について無知か混乱している」「接種しないことで、あなたが科学を理解していない人間だということが周りにバレる」。研究者が意図的に植え付けた優越感に操られていた言動。

自由と経済を人質にとった餌と鞭の心理戦術

「ロックダウンで自由が奪われているのは、みんながワクチンを打たないからだ」「摂取率があがれば規制はなくなる」という論理で自由を重視する人々の心理を巧妙に突く。典型的な人質戦術で、政府が自由を制限して、その解除の条件としてワクチン接種を要求する。「自由が欲しければワクチンを打て、打たない奴のせいで自由がなくなる」と人々に言わせた。「早くみんなが打って普通の生活に戻りたい」と言っていた人々は、自然な感情からではなく、研究者の仕掛けた心理的な罠によるものだった。

「効果的なメッセージは、人々に自分で摂取させるだけでなく、周囲にも接種を勧めさせ、接種しない人を否定的に判断させる」こと。あなたの大切な人を利用して、あなたを孤立

させることが最初からの目的だった。ワクチンの是非は人それぞれだ。にも関わらず、あなたが友人や家族との関係を失ったのならば、それは市民同士を対立させ、人間関係を破壊することで政策目標を達成しようとする手法によるものであり、科学の名を借りた権力の犠牲だったのだ。

・「**ワクチン接種医師「時給18万円」の衝撃…財務省資料でわかった「コロナで病院が大儲け」のカラクリ**」

医療を“産業”や“ビジネス”として捉えてきた日本の医療制度に問題がある。アメリカを例外として、世界の先進国は医療を“国民の安全保障”とみなし、ビジネスに開放していない。



・「**モデルナ、日本で27年にもがんワクチン まず皮膚がん**」

米モデルナはmRNA技術を使った「がんワクチン（初のがん関連製品）」を日本に投入（日本市場を開拓）する。新型コロナウイルスワクチンの需要が落ち込む中、感染症から需要が大きいがん領域に切り替え次の成長を目指す。



製薬会社「供給」：「製品」「市場」「成長」→病気喧伝→早期の「発見」「治療」「予防」

一般大衆「需要」：けしかけられる「恐怖」「不安」→強迫観念→求めさせられる「需要」

そう、これは最初から医療ではないのですよ。そして、日本では医療は歴としたビジネスなのですよ。「需要」は「供給」のために作られる。どうかお忘れなく。

ウイルスを喧伝する者、ウイルスを怖がる者。ワクチンを作る者、ワクチンを欲する者。それぞれ対立関係にあります。一方の関係でもあります。少なくとも感染症にまつわる騒動は、個人が考え方を変えない限り終わりません。簡単に言えば、喧伝される「ウイルスとワクチン」の話が無視できるか」だけのこと。

繰り返します。「問題はすべて自分にある」のですよ。

それでもまだ「ワクチン」は必要ですか

それでもまだ「すがり」続けますか。

感染症・病気予防に不可欠かつ最も重要なのは「元気でいること」です。そのために何が必要で何をするか、その唯一できる不断の努力を忘れ、自然な病や死をただ恐れ、すぐるように予防と称する消毒やワクチン、検査を先手にすえ、かえって不調や死をまねく。なんと不毛で怠惰、不自然かつ暴力的であるか。

私からの箴言をひとつ進言しましょう。

「もし自分がどのくらい具合悪いかを、自分で知ろうとしないで、あるいは無視して、そのまま人任せで先へ進むのなら、それほど危険なことはないだろう」

真に大切なのは、人に寄り添うこと。

私の知る限り、現代医学（西洋医学）から蔑まれる伝統医学の方が、医療側で「未知」であっても根本的な治療ができます。なぜなら「本質」を知っているからです。主体である人を元気にすること、様々な病（不調）の根源である人の弱った力を回復すること、それを主眼としているからです*。

ただし第一は自助ですよ。

*当院では、コロナ後遺症、コロナワクチン後遺症の治療も承っています。ブレインフォグ、頭痛、呼吸障害、味覚障害、嗅覚障害、倦怠感、発熱、咳、喉痛、上咽頭炎などでお困りの方は、ご相談ください。

施術者より一言

院長 吉岡 広記

【経歴】

- ・明治鍼灸大学（現明治国際医療大学）
鍼灸学部鍼灸学科2001年3月卒業
- ・鍼灸師（2000年4月国家資格取得）
- ・吉岡鍼灸院を横浜市戸塚区上倉田町にて2001年4月開院
- ・2022年4月カイロケアセンター内に
同院開院
- ・2022年4月よりカイロ施術担当
- ・2023年4月に院長就任

◆2025年をむかえて

2001年から戸塚にて鍼灸専門でやってきましたが、2023年4月からカイロケアセンターを引き継ぎ、本格的に「二足のわらじ」をはくことになりました。

この話がでた当初は、正直どうなるのかわからなかったものの、はいてみると鍼灸とカイロプラクティックは「両輪」の関係になることがわかりました。

鍼灸は内（気の滞り・偏在に伴う諸機能の不全）の、カイロは外（骨格のゆがみ・ズレによる神経圧迫や筋肉の異常）の

問題を見つけ調整していく治療です。様々な症状は、どれも内と外に関係していますが、よりどちらに問題がある状態なのか、あるいは両者を問題とすべき状態なのかによって、するべき治療が変わってきます。私どもが掲げる「カイロプラクティックと鍼灸による相補的な治療」は、こうした病態の把握があってはじめてできることです。カイロプラクティックから診る外（骨格・神経・筋肉の状態）についての理解が深まるにつれ、この観点からの診察がより適切にできるようになっていきます。

「両輪」をうまく繰るべく、私なりの理解をより深化させることを常に追求していきます。

◆いきさつ

顧問から2019年の末に当院継承の話があり、2020年1月より指導を受け、2022年3月までに要件であるのべ300人の治療を終え、カイロ施術の許可がおりました。それを機に鍼灸の本拠をこちらに移し、2023年4月から院長となりました。

顧問を知ったのは、2013年4月、間接的に紹介された方が来院したことによります。その方から、いつも顧問の話聞いていたものの、顔を合わせる機会はありませんでした。が、2019年5月末、突然、その時がやってきました。2018年の9月頃からはじまった山田の腰痛が、数ヶ月前から急にヘルニアとなり、たえられない状態にまでなったのです。当初から鍼灸では難しい病状（少し専門的に言えば症状と脈状が一致しない予後不良の状態）であることは承知のうえで、自分達で治療したものの、やはり悪化の一途でした。ふと、長年にわたって聞いていた顧問を思い出し、お願いすることになったのが初対面となりました。その後、週3回ほど通い、7月中旬にはほぼ全快。治療の終盤に、山田がカイロを勉強してみないかとの誘いをうけ、9月より研修を始め、ほどなく私にもというように話は進みました。

鍼灸では難しい症状でもカイロプラクティックで治るものがある。これは私たちにとっては衝撃的なことで、それを学ぶ機会を得られ、さらには当院を引き継ぐことになるとは、これも何かの縁なのでしょう。顧問ならびに紹介で来院された方にはあらためて感謝します。

◆私から見たカイロプラクティックと鍼灸の違い

顧問より指導を受けるにあたり、まず言われたのは「見て覚えて」でした。

これには面食らいましたし、正直、とても習得できないのではないかとさえ思いました*1。もちろん質問は許されていますが、「一から十まで」という意味ではなく、どうしてもわから

ないところがあればということでしたから。

顧問の施術（トムソンテクニックを敷衍し、時にディバーシファイドテクニックを用い、さらに合わせ技もある）は、実際に「できる」かは別にして、まったく「簡潔明瞭」で、確かに「見て覚える」ことのできるものでした*2。

また、学び始めた2020年の上半期はコロナ騒動の最初期で、来院者数が格段に減り、ひとりひとりの施術をじっくり見学する機会があったことは幸運とも言うべき時間となりました。なぜか。予約の空きがなければ、朝一番の患者さんの施術を見て、その日が終わるまで隣のベッドでひらすら矯正後の超音波治療に従事する日々となり、ほぼ見学できない時間を過ごすことになるからです（今でもですが）。2020年下半期には来院者数はもどりはじめ、早々に「見て」学ぶ機会が激減してしまいました。そんな中、役に立ったのが矯正に用いるトムソンベッドの動作音（落とす音とタイミング）と患者さんとの会話（主訴、骨格のズレやゆがみの指摘、矯正後の確認など）でした。すでに「見てきた施術」から「何をどう診て」「どう矯正するか」をある程度は理解していたため、それらを聞くことで全体像を思い描くことができたのです。時に「見た」ことのない症状や矯正などがあっても、おおむね「何をしているか」はわかりますし、それでも想像できない場合や念のため確認したい時には部分的に質問すればすぐに教えてもらえました。それもちょっとした「一言」で。ここに、診察と矯正がいかに「簡潔明瞭」であるかが現れています。

「簡潔明瞭」さは、鍼灸も同じですが、大きな違いは「見て覚えられる」かどうかです。鍼灸は、「見て」わかるのは「動作」だけで、「何をどう診て」「何のために鍼や灸をしているのか」まではわかりません。問診でさえ、主訴までで、その背景や経緯、さらには睡眠や飲食大小便などの周辺のことを聞いて、それらをどう診察診断しているのかまではわからないでしょう。まして、肥瘦、顔や肌の色、声の高低大小さえも診ていることなどまったく伝わらないでしょう。脈診に至ってはその動作はわかっても、何を基準に判断し、どう治療にいかしているかなど、知りようもないのです。このように端から眺めて感得できるようになっておらず、東洋医学の考え方を知らないといほとんど理解できないのです。

こう書くと、あたかもカイロプラクティックがたいしたことがないように読めてしまうかもしれませんが、そんなことはありません。言いたいことは、ここからです。

いかにカイロプラクティックのテクニックが難しいかということです。「簡潔明瞭」だからこそ「見て何をしているかがわかる」わけですが、実際に問題箇所の確認や矯正そのものを正確に「できる」ということとはまったく別の問題です。鍼灸にもそれぞれに技法があり、やや乱暴になりますが、基本的には「穴（ツボ）を取れる」「痛くない」「熱くない」という要件を満たすだけでよく、まじめに練習すればすぐにできるようなものです。一方、カイロプラクティックは問題箇所をさぐりあてることでさえ、「見た目」ほど容易ではなく、まして矯正ともなると、問題箇所にきちっと手を当てることから始まり、体格や骨（関節）、周辺の筋肉の状況に応じた力加減や角度、深さというものが重要になってきます（こういうことが必要とわかること自体が簡単ではありません）。これは本当に難しい。骨格の問題（ズレやゆがみ）がわかればそれらをもどせばよいという「考え方」は「頭」で簡単に理解できても、「手」で問題の骨をどう動かすかという「意図」と「手技」はまったく別次元のこと。鍼灸では味わったことのない苦労でしたし、今なお追求し続けていることでもあります。

誤解を恐れずに言えば、鍼灸は「考え方」を座学によって学ぶことが大切であり*3、カイロプラクティックは「見て」学べる「考え方」の先の「手技」が重要という違いがあると、私は感じています。鍼灸は内（気の滞り・偏在に伴う諸機能の不全）の、カイロは外（骨格のゆがみ・ズレによる神経圧迫や筋肉の異常）の問題を見つけ調整していく治療であるが故の学び方の差とも言えます。

顧問が今なおトムソンテクニックを敷衍しているように、私もまた鍼灸とカイロプラクティックを「両輪」の関係として行使できる私にしかできないこと*4も含め、日々、応用するという具合に、引き続き研鑽に務めてまいります。

*1：私の専門である鍼灸は、3年間の講習会と勉強会を経て、それも座学と実技の両方をみっちりやって、ようやく一通り身につけ、またさらなる継続と仕事を通じて深

化していくというものでした。

*2：カイロプラクティックには、重点の置き場や矯正方法の違いによるいくつかのテクニックがあり、すべてがそうではないと思います。また、あとでも触れますが、カイロプラクティックの難しさは、私にとっては「テクニック」でした。

*3：鍼灸（東洋医学）は、経験則と思われがちですが、もちろん立場によっても異なるわけですが、少なくとも私のよりどころとする井上系経絡治療はシステムティックな医学であり、その根幹は陰陽五行です。SEKAI NO OWARIの歌の歌詞を借りれば、そう「なんでもかんでも分類、区別、ジャンル分けしたがる」bad habitな医学と言えます。人は「そんなシンプルじゃないもっと曖昧で繊細で不明瞭なナニカ」だからこそ、治療には秩序立てる診察が必要となり、病態にあわせた治療の方向性やそのための経絡やツボを選ぶための「考え方」が極めて重要になるのです。治療に用いるべきツボが決まれば、あとはそこに鍼または灸をするだけで、そこで特別な何かをすることはないので。鍼や灸の技術はどうか、ということもありますが、現時点での病態把握（虚実）では、鍼は「痛くないように刺す（補）」「痛く刺す（瀉）」のふたつしかありません。また、経絡治療は鍼の医学のため、灸については井上系特有の「熱くなったらとる」知熱灸と、「熱くない」点灸の二種になります。また、一般的に言われている「熱く感じない時は熱く感じるまで」「最初からとても熱く感じる場合は熱く感じなくなるまで」といったことも考慮します。

*4：自画自賛するわけではありませんが、カイロの理解が深まることで、関節のズレやゆがみを、動きを介した細かな変化や全体の関係性の視点からもわかるようになり、鍼灸の知識や経験もあいまって、矯正の幅も日々広がっています。これも鍼灸では感じられないことのひとつであり、カイロの特徴なのだろうと理解しています。個人的にはビリヤードに似ていると感じます。ただ球を撞くだけにせず、ひとたび本格的に向き合ったなら、一気に奥深いものになります。撞く前にまず配置から取り切る計画（思考）と必要な撞き方（テクニック）を思い描きます。そして、実際に撞く際には、自分の持てる技術がそれを実現できるかという「考え方」と「技術」の両立が要求されます。つまり、どんな球にするかは、次、またその次の配置を考えつつ、「思考」と「自分の技術」の兼ね合いで決めていくことになります（そこには、患者の病態に影響を及ぼす環境と同じく、部屋の湿度や温度、台のラシャの状態といった状況も含まれます）。球の種類は、押し引き、捻りといった撞点（上下左右）による変化が中心となりますが、キューを振る速さ、角度、奥行き、それを制御する肩、肘、手首の力加減と握る強さ、撞く瞬間の調節、もっと言えば上半身の高さ（目線を含む）、そこに力を伝える下半身、特に重心の取り方や移動、それに伴う足の指の使い方など、技術による調整も加味します。一連のことができると、別の撞き方で同じ結果を出せることに通じるため、撞き方（組み合わせ、調整の仕方）は無限（無段階）になります。その幅を可能な限り広げ、すべてにおいて安定させていくことで、おもしろさは増し、さらなる上達にもつながっていきます。こうしたことをふまえ、頭で組み立て撞くまでを想像し、実際に撞く。結果からまた考える。選択はよかったのか、想像通り撞けたのか、よりよい選択はあったのか、と。その反復。そして、最善を探し続けること。撞いた刹那の自分と球との会話と言えましょう。失敗すら有益な情報になります。「こうしてしまったからこうなった、ならばこうすればよいのでは」、「こうしたらどうなる?」、「あれはこうだからこうなるはずだ」、「だからこの場合はこうしよう」といった具合に。このようにどれだけ情報を受け取り対応できるか、それも瞬時に。直感に近づけるために。高い集中力を長く維持することは体力的にも精神的にも難しいですから。長くなりましたが、この追及の仕方、気付き、応用が、カイロでは多々あるのです。

当方を頼ってくださる方には、その時々でできうることをしますし、長く来院される方には、私の成長変化も感じていただけるかと思います。

一方、山田は学び始めた当初から顧問に「思い切りがよい」と評され、私から見れば天才肌。テクニックはあっという間に習得してしまいました。よく見えているのでし

ようが、ものによっては見てもいないにも関わらず、こちらが口頭で伝えただけで瞬時にということもあります。

私は顧問からは「考え方」について「飲み込みが早い」「センスがある」、山田からは「一を聞いて十を知るタイプ」と言われ、「考え方」は早い段階から理解できていたと思いますが、テクニックの基本ができるようになるまでも本当に苦労しました。不器用ですから、人よりも努力が必要です。

◆鍼灸による治療をお考えの方に

自然と治る

この当たり前のことをあなたは忘れていませんか。

そもそも知らない、そんなことがあるわけない、いや知っていてもそうできない、さまざまでしょう。しかし、これは折よくコロナが私たちに教えてくれたことでもあります。ふりかえってみれば、「特効薬がなくとも多くの人は自宅療養で回復する」、「罹患はワクチン（接種）の有無に関わらない」、「重症化や死亡は個々人の体調（元気さ）に左右される」。以上からわかることは

- ・休めば治る（治らないものは重症）
- ・薬は不要（通院は不要不急）
- ・個々人の生命力が生死をわける
- ・この今をひたすら「命がけ」で生きている
- ・必要なのは「生き抜く」ための日頃の手入れ（努力）

自力に頼る

他力は手助けに過ぎず、時に邪魔にさえなるものです。いかなる時も自分が主体であり、すべては自力にかかっています。あなたが他力を必要とする時、受け身ではなく、主体性が失われなければ、それは弱った自力をあげるおおきな力となることでしょう。

質問

こちらは病院でも有名な鍼灸院でもなく、市井の鍼灸師。にも関わらず、何かの縁で、今、これを読んでいるあなたは、きっとどうしたらよいのかわからないような、とてもつらい悩みをかかえていることでしょう。そんなあなたにとって、鍼灸が本当に必要なのか、当院がお力になれるのか、それを判断していただくためにいくつか質問をさせてください。

1. あなたをとりまく環境はすべて順調ですか？

あなた自身はいかがですか。自分を好きですか。

他人との関係性はどうですか。

家庭・地域・学校・仕事はうまくいっていますか。

私たちは少なからずココロに何かを抱えながら生きています。そう、人には言えない何かを。

ご心配なく。波風のない人生はいないでしょう。そして、「風」はないものねだりであり、あるとすれば、きっとそれは死に等しいものでしょう。

人はみな波乱万丈

2. 季節や天気に関心が左右されませんか？

最近のことですか。

それとも何年も前から続いていますか。

また去年と今年とではどこか違っていませんか。

私たちは自然に支えられつつも、過酷な季節のうつろい、天気の変化にあらがい生きています。人も動植物と同じく厳しい自然の中で命がけで生き抜いているのです。

千変万化の天地自然を手なずけ操ることはできませんが、その「流れ」や「波」を知ることにはできます。日々、揺れ続けるままならない自分を通して。

天地自然に支配される人

3. 病をどこか他人事にしていませんか？

花粉症・アトピー・喘息などはアレルギー、頭痛・肩こり・冷え症は血行障害、感染症は菌やウイルス。これらは確かに原因でしょう。明解ですし、どこか他人事にもできます。しかし、それはほんの一端に過ぎないこと、そこに答えを求め続けることには限界があること、そして、いつかは行き詰まってしまうことに、本当はお気づきなのではありませんか。そのすべては部分的かつ対症的であり、本質的、根本的ではないと。

他責と自責

4. 人が病むということとは？

個別に見える大小様々な症状群は、ただ別々にあるわけではありません。人生に経歴があるように、どんな病にも経緯があるものです。また、それらは決して自分から切り離せません。なぜなら、あなたが歩んできたすべてに由来する自分自身だからです。

人には身を任せるべき「波」、委ねるべき「流れ」があるはず。嵐が（去った後に備えつつ）過ぎるのを待つしかないのに、今すぐやませようと無理にあがき、逆らい、時に気づかず、あるいは見誤れば、いずれ力尽きおぼれてしまう。

頭痛には鎮痛剤、咳は咳止め、熱は解熱剤、カゼは抗生剤、便秘は下剤、下痢は整腸剤、精神不安は精神安定剤。本当にそれで治ったと思うなら、自分を「もの」扱いしているだけでなく、もう立派な「中毒」です。「医薬」も「麻薬」も「薬」、「依存」に違いはないのです。

人は「もの」ではない

5. 自分と向き合ってみませんか？

今に至る経緯を考ようとするとき、嫌な気分になりますか。

現実逃避としての「生き抜くための淡々とした日常的な何か」への無関心さや、不安の裏返しからくる慰安的かつ安易な行動としての「毎年の健康診断（早期発見）やとりとめの断片的な健康情報」への熱心さも、わかります。自分自身と向き合うことは、触れたくないことすべてを見つめることになりますから、当然のことかもしれません。しかし、それこそが今後を考えるうえで欠かせないことでもあるのです。

自分を知ることが、外界（を通じた自分）との関係を知ることであり、自他の「流れを読む」こと、「波の上下を見極める」ことにほかならないからです。

なぜ今があるのかを知れば、先のことも見えてきますし、それに応じた今後の処し方も考えられるというものです。

自分からは逃げられない

6. 鍼灸とは何か？

鍼灸は、以上をふまえ、複雑に絡み合う日常の瑣事を丁寧に紐解き、諸症状の新旧軽重を分け、日々左右され続ける心身の在り様を①陰陽（気の偏在）と②五行（蔵府経絡の関係性と風雨寒暑〔天地自然〕の影響）のふたつに分類整理し、全身的な治療をします。そうしていくことで、より元気に、心豊かに、大病することなく、果ては死を迎えるにふさわしい終わり方となることも見えてくることでしょう。

また、自分と向き合うことで、自分を大切にすることになり、何事もおろそかにはしなくなることでしょう。同時に、他者を大切にすることにもなるでしょう。

どこか冷たい対症療法とは違い、「人に寄り添い、生き方に深く関わる医学」と言えるのかもしれません。

あなたは、これからどう生きますか。

生き方を考えるための医学

ここまでたどりついたあなたに

一歩先に進むために

「当院」では、あらゆる話に耳を傾け整理することで、病状の把握のみならず、あなたの理解につとめ、自分自身と向き合うお手伝いをしていきます。

「鍼灸」は、あなたが目先の問題にとらわれ、一時的に抑えたり、その場しのぎに回避し続けることをこえて、その先に進もうとする時、きっとその一手段となり得るでしょう。

◆自分を大切に

「現代医学が常識なら、東洋医学は非常識」

そして、鍼灸を背骨に生き、東洋医学が血肉と化している私も「非常識」。

とはいえ、常識はあくまでも今の多数派に過ぎない。

常識をうのみにして生きるとだいぶ損することになるのではないかな。

人の生死を考える時、私の肌に合うのは「非常識」。

「常識」には強烈な違和感を覚える。

それは、両者の新旧や伝統の有無による優劣や正誤ではなしに、私が常にかけている「大切な何か」、その「本質」に迫っているかどうかによっている。

人は「もの」ではない。

自分は「自分」。

自分の「命」は自分でしっかり握り、決して離してはならない。

◆私にとっての鍼灸

「非常識」な鍼灸は、私が一番よいと思う何かであり、自分がまっさきに享受したい何か。現に自分をもっとも享受している。それ故、人様にもすすめたいし、味わってもらいたい。

私にとっての鍼灸は、いわば私からの「おすそわけ」。

そして、私の願いは、ひとりひとりの「おすそわけ」であふれる世界。

「大切な何か」は、すでにひとりひとりの心にある。

◆経絡治療の効用 ～理論と現実のはざままで～（雑誌より引用）

私たちは、主訴の解消を第一の目的としている。しかしながら、その原因が患者の置かれている環境にあるため、改善に向かうのか、上下しながら一定の状態を維持するのが精一杯なのか、はたまた悪化の一途になるのかは、施術する側にはどうすることもできない問題と言える。ただ、だからといって治療がなんの意味も持たないということにはならない。むしろ、それを前提に重ねていかなければならないし、そうしていけばよいのである。「簡単なものは誰がやっても簡単だし、難しいものは誰がやっても難しい」*と、勉強をはじめた頃に井上雅文のことばとして篠原孝市や依田良宗**から聞いたが、今にしてみれば端的に治療の在り方を示し

ていることがよくわかる。こうしたことをふまえ、今回は経絡治療の効用について考えてみたい。

*篠原孝市「臨床に活かす古典 不治」『医道の日本』二〇一六年十二月号。

**井上雅文の一番弟子で、優れた臨床家。篠原孝市「臨床に活かす古典 医箴」『医道の日本』二〇一七年七月号。

経絡治療の効用は、なによりも気がめぐることによる心身の様々な変化にある。それは、主訴が変わらなくても感じるができるもので、日常の些細な部分にあらわれる。私たちは、顔色、呼吸、声、表情、言動、装いなどに見て取るが、患者の率直な感想からもうかがうことができる。印象的なものをいくつか挙げてみよう。治療直後には、「眠くなる（多数）」、「このまま寝ていたい（多数）」、「気分が落ち着く（多数）」、「呼吸が深くなって気持ちがいい（八十代自営業）」、「気持ちが明るくなって、緊張し過ぎなくなる（四十代主婦）」、「さっきまで寝起きが大変だったのに、ほら、立ったままでズボンを履けるよ。体が軽くなった（八十代自営業）」などの声が聞かれる。長期にわたる治療の果てには、「そういえば風邪をひかなくなった（多数）」、「いつもならこのあたりで倒れているけれど、なんだか頑張れるよ（四十代会社員）」、「こうやって手を入れていなかったら、とくに脳梗塞かなんかで倒れてるよ（六十代自営業）」、「何かがよくなるというよりも、何かが悪くならないという所がいい（八十代自営業）」などの声があがる。極めつけは、「疲れている時にすると最高なんだよね（小学生）」であろう。

一方、主訴の改善に対する感想は、冷ややかなものである。すぐに解消した場合、驚くと同時に「なぜ」などと言って不服そうにする。あるいは回を重ねるごとに軽減していく場合には、「まだある」などと主張して経過に関心を示さない。ややもすると、「もうだいぶいいから」と途中で切り上げることすらある。ある程度の期間を経て改善または解消した場合に至っては、変化が緩徐であるために当初の苦痛を忘れ、こちらの指摘を受けて「言われてみればそうだったかしら」というような具合である。なにも批判しているわけではない。主訴とそれ以外のこととでは、見え方がまるで違っているというだけのことである。ただ、主訴であれそれ以外のことであれ、ほんの少しの変化に気づき、それをよしとできるかどうか、経絡治療の効用を実感できるか否かの分かれ道となると私は考えている。まだ開業して間もない頃に「経絡治療のよさを感じない人に、電撃のごとくにわからせたい」と息巻いていた鍼灸学校の先輩を思い出す。「気持ちはわかるが、患者の弱さの程度（必ずしも陰虚の度合いとは比例しない）が決めることだろうから、弱さを知らない強い人（内傷の深いこともある）に感じさせることは難しいのでは」というような旨の返答をしたが、気に障ったようで憤慨していた。いまだに適当なことばを見つけられずにいるが、この考えは今も変わらない。

最後に、私自身が治療を受けて実感した効用について述べ、本論考のまとめとしたい。鍼灸の初診は高校一年の夏である。きっかけは、陸上の長距離部で、足を痛めたことである。知人に紹介された先生は、本治法しかしない徹底した経絡治療家で、どんな時でも痛む箇所には決して触れることはなかった。誰もがそうであるように、半信半疑で通い、ほどなく治っていた。このため、その時はよくわからないままに終わってしまった。効用を実感したのは、その後の合宿の合間に受けた一回である。翌朝の練習（十六キロのペース走）でのこと、全身の筋肉痛はなんら変わることはなかったが、なぜか体がやけに軽く、呼吸も楽であった。さらに驚くことに、ペースが自由（競走）となる最後の一キロではなおも体が動き、普段なら勝てない先輩の先を行くという事態が起きた（スーッと上がっていく感覚は忘れられない）。特にスポーツでは心身の調子は重要となるが、この時に鍼灸で整うということを知るとともに、人にとっての根本的な問題が何かということをはっきりと理解することができた。その後は、普段のみならず、試合前には必ず受けたが、その度ごとに同様のことが起きたわけではない。ただ、それがかえってよかった。なぜなら、人とはそういうものだ、片方ではなかったからである。

この時に感じた経絡治療の効用は、鍼灸の道に進む動機となり、施術する側となった今でも大事にしていることである。いかがであろうか。

「鍼の会雑誌」第30号（平成29年12月号）論考原稿・吉岡広記執筆

副院長 山田 恵美

【経歴】

- ・東京医療福祉専門学校2010年卒業
- ・同校医療専門課程教員養成科2012年卒
- ・鍼灸師（2010年4月国家資格取得）
- ・専門士（医療専門課程）
鍼灸マッサージ教員資格2012年取得
- ・吉岡鍼灸院副院長2012年4月
- ・カイロケアセンター副院長就任
2023年4月

◆2025年の抱負

あけましておめでとうございます。
あたらしい年のはじまりから、もう半月以上すぎました。
今年もよろしくお願いいたします。
年初のご挨拶とともに今年の抱負を・・・と考えましたが、ゆるりとはじめたルーティン作りを引き続きすすめていきます。
日常生活を一つでも多く、シンプルにあまり考えなくても進められる流れをつくっているところです。そういうこと

を考え始めた理由は、年々気力も体力も落ちてきたら・・・
ということではなくて(笑)、毎日頑張らないと消化できない一日よりも、ゆとりを持てる一日を過ごしたいから。ということがはじまりです。そしてもう一つ大事なのが、ゆとりをもつことで、治療家としての学ぶことや、考えたりすることにエネルギーを注ぎたいからなのですね。これだけのことですが、ハードルは「シンプルな流れ」を確立することです(笑)。
日常に流されず、とおもいつつ、流されながら、この仕事を選んだ理由を見失わずまっすぐに進みたいです。

◆ごあいさつ

わたしはカイロケアセンターで仕事をするようになるまえは、椎間板ヘルニアに苦しむ顧問の患者でした。また10年間、鍼灸師として仕事をしています。その間、2人の子供を帝王切開で出産しました。お腹を切ったあとの傷は相当痛むと予告されましたが、意外に平気でした。そして、2人目のときはさらに痛いはずとのことで、今度こそ覚悟を決めていたもののやはりそれほど痛みもなく、翌日には真っ直ぐ立って歩くことができました。産婦人科の看護師さんにも驚かれました。帝王切開で出産すると産後の入院は少し長くなりますが、その間ほとんど痛みもなく、のんびりと入院生活を送りました。そうできたのは産前産後含め日常的に鍼灸治療を受けていたからだとおもいます。しかし、帰宅した瞬間から温存していたはずの体力はあっという間に使い果しました。2人目を出産した年は、およそ1年の間、顔、首、腕が湿疹だらけ。それが治まった2年目には腰痛が始まりました。鍼灸治療では補いきれず、およそ1年後には立っても座っても痛みは続き、じっとしていられず歩きながら食事をしたり、子どもを寝かせるために布団の傍らに座ることもできませんでした。それだけでなく、夜も眠れなくなり、「どこかで体を交換してもらえたらいいのに」と考えたりもしました。そんなとき「カイロうけてみたら？」と吉岡がいました。その一言がきっかけで、患者さんづてに何年も前から話にはうかがっていた顧問のことを思い出しました。治療は週に1度のペースでスタートしました。3ヶ月弱の間に多いときには週3回かよいました。するとある時を境に突然痛みが消えはじめました。そのころ、このカイロの技術を学ばないかとお話がありました。この間の痛い経験とこの技術を身につければ同じように困っている人の助けになれる、とのことでした。
わたしは鍼灸師で、鍼灸治療は誰にでも必要だとおもっています。人が不調になる理由は様々です。しかしその様々な理由は鍼灸の診察を介せばアプローチできます。それが可能な有効で数少ない手段のひとつで、治療すれば人は変化していきます。しかし、その度合いは治療を受ける人が望んでいるレベルに達するとは限りませんし万能ではありません。治療をする側にとってみれば、もう少し気長に自分と向き合ってほしい、がんばってほしいとおもいますが、痛みや苦痛をかかえている人にそれは難しいことだと実感しています。なので、カイロでまず大きな痛みなどをやわらげれば、また自分と向き合うゆとりがもてるとおもっています。鍼灸では体のどこかに痛みがでたり、以前より風邪をひきやすくなることなどは、何か原因がある、あるいは何かの前ぶれかもしれないとかんがえて、その理由を探しながら治療していきます。

カイロと鍼灸がわたしにとって必要のように、自分の経験は案外おおくの方に当てはまるのではないのでしょうか。仕事の有るストレス、無いストレス、勉強、家事、出産、子育て、さまざまな人間関係、長年なんとなくやり過ごしてきた不調など。どなたにも何か当てはまるとおもうからです。

お困りの方のお役に立てればなによりです。

顧問 佐々木 炭

【経歴】

- ・ 明治学院大学経済学部卒業
- ・ Hong kong National Chiropractic College卒業
- ・ 「Doctor of Chiropractic」 称号取得
- ・ 横浜市中区本牧間門「港南病院」にて2年間、カイロ外来担当
- ・ 横浜市中区元町で開院
- ・ Yokohama Country Athletic Club 首都圏在住外人会員制スポーツクラブ 指定カイロドクター
- ・ 1995年 横浜市港南区日限山に移転
- ・ 2023年4月 カイロプラクティックケアセンター顧問就任

◆ごあいさつ

はじめまして。顧問の佐々木でございます。カイロプラクティック治療に従事して40 年以上になります。

残念ながら、カイロ治療は日本では法制化されておられません。医療として認定されていないのです。ですから各種保険も適用されません。治療代は患者さんの自己負担になってしまいますが、それでも痛みやしびれでお困りの方々が、ご紹介で多く来院されます。その方々が少しでも早く「痛み」「しびれ」から解放されるように速やかにかつ的確に痛みを取ることを最優先に治療しております。「カイロは怖い」「カイロで悪くなった」、こう言う声もよく耳にします。これは正規のカイロ治療ではなくて、「カイロまがい」の治療を受けた方々の声なのです。カイロ治療で良くなった多くの方々が、そのすばらしさを認めていることも事実でございます。世界74カ国で医療として認定されている国際的な療法ですから、当然のことです。これからも微力ながら、痛みやしびれでお悩みの方々のお役に立てるよう頑張っております。

なお、2023年4月より私は顧問となり、吉岡に院長を、山田に副院長を任せることにしました。国際基準のカイロ専門大学を卒業して、学位を取得している私の指導を受け、経験も積んでおり、任せられると判断したからです。「生涯現役」をモットーに、まだまだいつもどおり院にありますが、これから先もカイロプラクティックケアセンターを長く続けていくためには、新体制にするちょうどよいタイミングと考えております。どうぞみなさまにはご理解をいただき、引き続き私どもをよろしくお願い申し上げます。

所在地

〒233-0015 横浜市港南区日限山2-1-33 日限山開成ビル3F

電 話 045-841-5223

公共交通機関

横浜市営地下鉄「下永谷」駅：徒歩約10分

横浜市営地下鉄「上永谷」駅：江ノ電バス「京急ニュータウン」行き「日限山」下車

JR「戸塚」駅東口：江ノ電バス「京急ニュータウン」行き「日限山」下車、徒歩約2分

駐車場 24・32・B



<外観>



<駐車場入口>