



以前私は経絡とツボの関係を研究したことがあります。

私が勉強したのは、鍼灸師の河野忠男さんがアメリカのグッドハート氏の筋肉と内臓の関係を体系化した筋肉テスト法を、河野さんが独自に経絡に応用した「筋診断法」というものであります。これは頸部にある後斜角筋や胸部の大胸筋などの骨格筋を触りながら、十二経絡の要穴に磁石を当てその筋肉の変化を触知しながらツボを取っていくというものであります。

もう少し具体的に述べますと、大胸筋などの筋肉を触りながら、臍の回りにある各経絡の腹診点に磁気Nを当て筋肉が弛緩する経絡を見つけるのです。

例えば腎経の腹診点に磁気Nを当て大胸筋が緩むとその腎経の要穴である照海という足のツボに磁石Nを貼るといふ様に、二ノ三カ所手や足のツボに磁石Nを貼っていくといふものです。この方法はどのような病気に効果があると言え、例えば肩の凝りから来る筋緊張性頭痛は心包経の手の内関というツボを取る事が多く、当然筋肉が緩むのでてきめん効果が出て肩の凝りがとれて頭痛が改善します。アルコールを飲み過ぎて体調を崩している時などは大胸筋がパンパンに張っている事も多く、肝経の足の中封というツボを取ると大胸筋が緩みそれと同時にぐつと体調が改善していくという事などがあります。またおなかをこわしている時は脾経の公孫のツボが有効な事も多くあります。

私が興味を持ったのはこの様にツボで病気の治療ができるという事以上に、経絡やツボなる得体の知れぬ物が確かに存在するという事です。実際骨格筋に手を触れながらツボを取っていくと、筋肉の緊張度合がダイナミックに変化していくのが実感されます。これは機械を用いても測定可能だと思われれます。骨格筋の緊張度合を機械で測定しながらツボを取る事により経絡なるものの存在が解明される日もそう遠くないものと考えられます。

院長 西村 章

受付からのお手紙です

今年から、受付で働かせていただく事になりました。小学校の娘が2人います。姉の方は3年生で生意気盛りです。妹は1年生でまだ甘えん坊です。

運動する事が少なくなり、体重は増える一方。このままではいけないと思い、娘と一緒に市民マラソンに参加しました。気持ちよく汗を流す事ができて、運動する事の楽しさを思い出しました。健康の為にも続けていきたいと思ひます。まずは腹筋から始めてみます。

好きな言葉は”笑う門には福来る”です。いつも笑顔を忘れずに、頑張っていこうと思ひていますので、今後ともよろしくお願ひします。

面接で初めて当院を訪れました。とてもきれいなクリニックで院長も事務長も優しい方だなというのが第一印象です。また勤務してみて、職員間でのやり取りやリハビリに訪れる患者様との会話からアットホームなクリニックだなと感じました。

医療事務の仕事は初めてで、分からないことばかりです。しかし、事務長始め、事務員の方々が丁寧に教えてくださりできる仕事が増えると嬉しくなります。 

まだまだ覚えることはたくさんありますが少しでも早く仕事を覚え、患者様の病気の辛さや不安に気を配り対応できるようになりたいと思ひています。どうぞよろしくお願ひします。

頼りになる院長と優しい職員が待っています☆
健康についてお悩みがある方は
遠慮なくご相談くださいませ

今日はお食事を召し上がる順番についてお話したいと思います。①食物繊維（野菜、海藻、キノコ類、豆類）②蛋白質（魚や肉）③炭水化物（ご飯）の順番に召し上がるだけで血糖値の急上昇を抑えることができます。懐石料理のような流れで召し上がってください。③については後回しにし、少しにするよう心掛けましょう。血糖値の上がるような食材をいつもより多く召し上がった日には③を調整してください。軽い運動に加え「懐石食べ」の実践もお勧めします。

編集後記

GWの予定は決まりましたか？
また楽しいGWのお話を
聞かせてください
(*▽*)

