

バランス療法で 身体のゆがみを直す

身も心も癒される 整骨院を目指して

古島整骨院・古島スポーツ鍼灸院の立木伸久院長が治療かを志したのは、自分の子ども時代が健康ではなかったからだ。骨折してはよく通った整骨院で、子どもからお年寄りまで、多くの人に喜ばれている先生に出会ったことがきっかけとなった。柔道整復師、鍼灸師の資格を取得し、二四歳ですでに治療かとしての活動を始め、整形外科、脳神経外科、整骨院、鍼灸院で臨床経験を積んだ後、八年前に開業。患者さんの年齢層は二歳から八五歳、脱

古島整骨院・古島スポーツ鍼灸院を訪れた患者さんを迎えてくれるのは、気持ちのいいヒーリング音楽と美しい南の海の海中写真、そして、立木院長の笑顔である。「どんな先生がやっているんだらうという気持ちでやってくる患者さんの不安を取り除くために、まずは会話から」という先生。待合室を飾る海中写真も趣味のダイビングで潜った海で、「患者さんの癒しのひとつになれば」と、自ら撮影したものだ。

左右のバランスを戻して 自然治癒力を高める

視覚と聴覚で癒されて、すっかりリラックスした気持ちで患者さんが受ける治療は、「バランス療法」という治療である。人は、立つたり歩いたり仕事をしているときに、利き手・利き足があるために偏った動きや癖がついてしまい、いつの間にか身体に不自然な歪みを作り出してしまふ。それが、肩こりや腰痛、頭痛や慢性疾患を引き起こすのだ。身体の左右のバランスを崩すことによって縮んだり伸びたりした筋肉や腱をバランス療法によって正常な位

こで古島整骨院・古島スポーツ鍼灸院では、患者さんに納得してもらうために、独自の装置を使用している。赤外線直線ラインを身体を中心や肩に合わせて投影することで、自分の身体の歪みを自覚してもらおうのだ。写真を撮ることで治療経過も目に見えてわかるため、運動療法にも積極的に取り組むことができる。

「身体のバランスを崩して自然の呼吸や動きを忘れた人には、不定愁訴が多く見受けられます。更年期も姿勢を見るとわかります。人体基礎構造のひずみが、不定愁訴や更年期を生んでいるんです」と立木先生。毎日、等身大の鏡に自分の身体を映し見て、姿勢にこだわることこそ、養生の第一歩と言えそう。

「癒しの手」
を持つ10人の
施術師



たちき のぶひさ
昭和31年生まれ。柔道整復師、鍼灸師。昭和55年に国家資格取得後、各病院で臨床経験を積み、平成8年開院。第9回アジア大会では競技トレーナーを務める。千葉県アスレチックトレーナー、介護予防機能訓練指導員認定柔道整復師、鍼灸臨床研修指導者。趣味はスカッシュとダイビング。

臼、捻挫から、スポーツのケガや交通事故、不定愁訴をもつた慢性疾患の患者さんや花粉症の方も通院している地域に愛される整骨院が出来上がった。先生がこの仕事に出会ったときの気持ちは今も変わらず、だからこそ、治療法の研鑽はもろろん、患者さんが身も心も楽になれるよう、院内の些細なことにも気を配っている。

置に戻してあげれば、痛みは自然にとれ、本来持っている自然治癒力も高まってくるのだという。

「まず、患者さん自身の身体の状態を判断し、個人個人に合った最適な手技を用いて、関節、筋肉、靭帯などを緩め、改善していきまふ。痛くない気持ちいい手技ですが、身体にやさしいだけでなく、根本的な問題にアプローチするのです。治療後は、ほとんどの方が、『すっきりした』『気持ちよかった』『痛みがとれた』と喜んでくれるのが嬉しいですね」

身体の歪みを自覚して 養生に努める

身体のバランスを正常な状態に保つためには、「治療と養生が大仕事」と語る立木先生。治療は先生に任せることができまふが、養生は、患者さん本人が、日々努めることだ。やさしい手技によるバランス療法の後には、患者さんが朝、晩、自分でできるちよつとした養生法の指導が待っている。それは、呼吸法を取り入れた「運動療法」で、続けることが治療の効果を上げる事にもつながるのである。

しかし、「養生しなさい」といわれても、なかなか継続は難しい。そ

特集
えっ、「整骨院」って
こんなところ？

痛い人の本
あなたの心と体を癒す方法

「癒しの手」を持つ
10人の施術師

「カイネ、ツオツネ」
祖母の知恵
47歳の秘訣
滋養サプリ