

あなたは均整術をご存じですか？

身体の一部の痛み、凝り、違和感などを無意識にかばうと姿勢に癖が出ます。均整術ではこの癖を身体の動きの前後、左右、回旋動作と伸縮、開閉、硬軟という6つの動きの特性を見極め、それぞれの動きの陰陽で12種類の体型に分類して身体の異常を捉えます。

あなたの体型はどのタイプ？

<p>フォーム1 ・ 頭脳型(前後型) ・ 陽性(前重心)</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・顔を上に向け、膝が前に出ます。 ・腕が前方に出、爪先重心。 ・背骨が鉛筆上で背が高く見える。 ・何でも頭で考えないと行動が出来ない。 ・味や好き嫌いで食わず、栄養の有無で食べたりする。 ・逆三角形の顔が多く、上胸部から頸椎にかけて緊張が強い。 ・自律神経失調、胃下垂、肝臓病に注意！ 	<p>フォーム4 ・ 消化器型(左右型) ・ 陰性(右重心)</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・右肩、右腰が下がって顔は反対に左に傾いています。 ・美食を好み、量より質だが感情の乱れがあると食べれなくなる。 ・タンパク質の欠乏傾向。 ・粘着性強く、職人肌でこだわった仕事をする。 ・熱中すると食事を忘れる。 ・心窩部の筋肉が硬く、四肢の伸筋が緊張する。 ・胃酸過多、肝臓病に注意！
<p>フォーム5 ・ 泌尿器型(回旋型) ・ 陽性(右ねじれ)</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・左肩が上がり前に出ます、上半身右に捻りやすい ・声、汗、熱、湿疹、便、尿、なんでもぱーっと良く出るタイプ。 ・負けん気が強く、すぐに手、足が出ます。 ・力強く重厚感あるが、開き直り早く、行動も早い。 ・痛みに敏感だが、発散タイプなので回復も早い。 ・高血圧、心筋梗塞に注意！ 	<p>フォーム8 ・ 呼吸器型(肋骨型) ・ 陰性(縮小)</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・猫背で肩が前に出ています。 ・胸部が薄く扁平で、両膝に重心をかけます。 ・執着心が強く、自閉性孤立的。 ・偏食傾向があり、風邪を引きやすい。 ・強情なのに気が弱い。 ・人前では見栄を張る。 ・喘息、ホルモン系の病に注意！

上記の例は一部ですが、身体の歪み癖からこれから起こりそうな症状が想像できたり、既に生じているトラブルから身体の歪みが生じていることが想像できます。これらの歪みを経絡と呼吸を使った優しい刺激によって、正しい姿勢に調整することで変化させるのが均整術です。骨格、筋肉、神経だけでなく内臓、精神面にまで施術効果が高く、かつ起こりうる病を未然に防ぐ予防医学になっていることもわかりただけだと思います。

均整術に興味を持ったあなたへ

裏へ続く→

施術を受けてみたい方は、日本姿勢保健均整師会・事務局へご連絡ください。

インターネットが使える環境の方は、拙ホームページ
(<http://www.kinseishikai.com/>)より、皆さんのお住まいの近くの
均整院を検索することが出来ます。また、お電話でもご相談を受け
付けておりますので、事務局・坂本施術所(03-3328-3245)までお
問い合わせください。

**均整術を勉強してみたい方は、「姿勢保健
均整師実践講座」を開講しています。**



《講座内容》

学校という限られたカリキュラムの中では、ある程度
のレベルに合わせるの、教えたくても教え切
れないジレンマが生じます。そこで既に資格取得
者をはじめ学びたい方対象に、今まであいまに
理解していた部分、全く気付いてなかった部分な
どに焦点を当て、『均整術』の古典から最新の
現代バージョンまで、マクロからミクロまでの視野
を持ったマニアックな解説と指導ができる講師陣
が、あなたの技術と臨床のレベルアップを指導し
ます。



手技療法は伝承技術です。本来、手から手へと伝えていくもので
すが、技術を学ぶ場合、重要なポイントは

- ・見せていただく(インプット)
- ・再現してやってみる(アウトプット)
- ・先生にやってみて確認していただく
- ・いや違うこうやるんだ、と受けさせていただく

これらの繰り返しにより技の絶妙なキレ、刺激的確さが完成さ
れます。

過去に均整術を学ばれて再学習したい方、既に他の流派で整体を勉強された方、鍼灸や接骨院を開業
されていて手技療法を取り入れたい方、また全く初めての方で機会をうかがっていた方、どうぞ一緒に学
びませんか。

《対象者》

対象は既に関業されている方、これから開業を考
えている方、資格は取ったが活かせてない方、その他柔
整、鍼灸、あんま、指圧、マッサージ、カイロプラクティ
ック、療術を含む手技療法をされている方、初めてでも
均整術を学びたい方。

『姿勢保健均整師実践講座』

翌年度4月開講の受講生を募集しています。
受講希望者、見学希望者、募集要項は事務局(坂本施
術所)まで、ご連絡ください。

〒156-0043 東京都世田谷区松原2-18-16
TEL:03-3328-3245 FAX: 03-3328-6245



日本姿勢保健均整師会・事務局