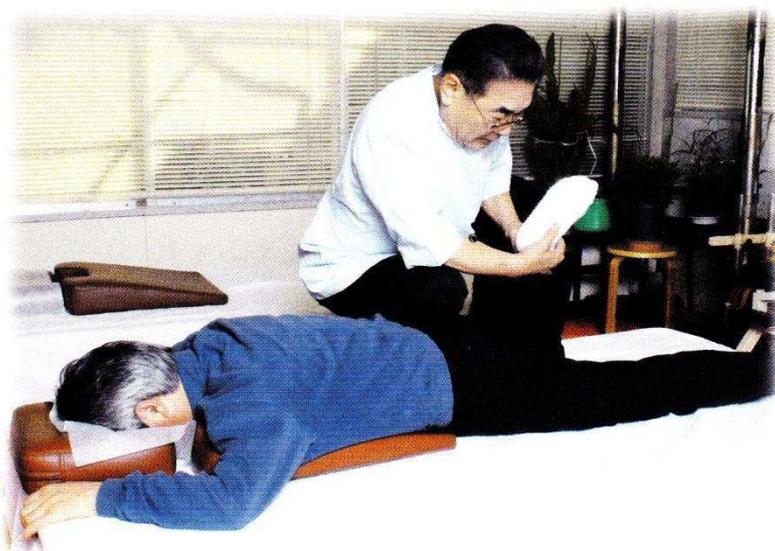


姿勢保健均整師実践講座

募集要項をご請求された方へ



日本姿勢保健均整師会

均整学とは

病気でもないが、健康でもないという人は実に多い。私たち人間にとって健康ほど大切なものはありません。均整学は健康と姿勢の密接な関係を研究開発する学問です。

姿勢には身体の姿勢（歪み、異常、重心傾斜など）と心の姿勢（精神、ストレスなど）があります。体が均整でないために、いろいろな故障が起きています。ホースがねじれていたり折れていては水がよく出ないのと同じで、人間の体も正常な状態でなければ働きが悪くなるのは当然です。

ねじれた素質自体を改善することが「姿勢を直す」ということ。

からだの各部の相関関係に着目するならば、人間の体というものは変えられるし、基本的に姿勢をよくし、姿勢を直すことによって、体の均整を保ち、姿勢の異常を改善し、これに起因する様々な症状を取り除く理論の研究でもあります。

人間は各々血液型が違う為、各々適合する血液が輸血されます。姿勢においても同様に考えることができます。つまりあるタイプの姿勢（重心傾斜）には、それに適合する調整が施されます。

この理論とテクニックによって均整学を学んだ私達は、多くの不定愁訴者から自覚症状を取り去った実績を持っております。

現代医学の知識を基に21世紀の保健管理指導スペシャリストとして、均整学の理論とテクニックを学んだ人は誰でも安全かつ安心、有効かつ無害の調整が可能となるわけです。

均整実践講座 あゆみ

- 昭和 26 年（1951）均整術の創始者、亀井進氏、松山道後温泉にて身体均整協会設立。
手技療法のレベルの引き上げ科学技術に基づいた改革を目指す。
- 昭和 30 年（1955）民間療法「指圧」が認められる。
- 昭和 31 年（1956）亀井、身体均整法への道、浪越指圧への道、野口整体への道。
- 昭和 32 年（1957）脊髄神経反射「観歪法」の研究。
- 昭和 33 年（1958）手技（療術）禁止令、3年延長される。
- 昭和 35 年（1960）最高裁判決 無害有益を条件に憲法 25 条、健康で文化的な生活を営む為、および職業選択の自由を認める。
亀井氏「均整法入門」国策、保健、体育の向上を目指す。
- 昭和 39 年（1964）中医学の基礎として同学の野口整体、浪越指圧との歩みを分つ。
- 昭和 42 年（1967）医師、橋本敬三氏と対談。
- 昭和 45 年（1970）東京身体均整学院設立。
- 昭和 50 年（1975）東京姿勢保健均整学院と改名。
- 昭和 51 年（1976）専修学校 医療分野の姿勢保健均整専門学校となる。
- 昭和 63 年（1988）旧文部省認可 学校法人小関学院 姿勢保健専門学校となる。
- 平成 3 年（1991）旧厚生省では第 2 次国民健康づくり対策（アクティブ 80 ヘルスプラン）として積極的な健康増進対策をすすめ、その一環として財団法人健康体力づくり事業財団で厚生大臣認定、健康運動実践指導者資格認定事業を行い、この養成校に認定される。
- 平成 4 年（1992）姿勢保健均整師、均整師の称号を特許庁申請により取得。
- 平成 8 年（1996）東都リハビリテーション専門学校と改名、PT、理学療法学科を併設。
- 平成 9 年（1997）スポーツトレーナー学科を新設。
- 平成 12 年（2000）均整学科、終了。
その後、日本姿勢保健均整師会などで均整の学、術、臨床をつづけ研鑽。
- 平成 19 年（2007）創始者亀井師範の医療の谷間を埋める安全無害有効な国民保健上、科学的に価値ありと認められる均整術の伝統を受け継ぎ、高齢化社会に貢献すべく、姿勢の医学、運動の医学、予防医学として広く後継者に学術を引き継ぎ、研究と実践を行う均整師を育成すべく、「姿勢保健均整師実践講座」を開く。
- 平成 25 年度より 更なる学技充実のため 2 年制となる。

姿勢保健均整師実践講座の募集要項を請求された方へ

このたびは姿勢保健均整師実践講座へ関心を持っていただきありがとうございます。ずっと温めてきた構想が実を結び、理想に近い講座を開講することができ、我々、日本姿勢保健均整師会としても喜んでおります。私もサポートさせていただきながら、1期生を送り出してから現在まで、何期も続けて受講されている方の多いことに驚きますが、気持ちはわかります。約18年ほど前に修業中の身、一度講義を聞いてわかった気になり、技も使っておりました。しかし、臨床をしながら講習会に出れば出るほど、理論と技がリンクしてきます。そして繋がってくると、以前聞いた講義と同じような内容であっても、全然別の視点から講義を理解し、当時気付かなかった所が見えてきます。この繰り返しと現場における臨床経験とが、更なる技術の発展へと繋がっていくことを確信するからです。



そんな受講者の熱意が伝わるから、様々な講義と技術指導の再調整が、逐一講師陣において討論され、さらにバージョンアップした内容で今期の受講生が現在勉強しています。

現代において、手技という伝承技術を学ぶために、自分の師匠について修行する風潮が減ってしまいました。たくさんの人を集めて講義をすることは、それぞれの理解レベルと習熟度が違うので、ある一定ラインでの講義になります。昔話になりますが、当時私が参加した講習会などで



はその後の懇親会などで先生の隣に座った10分で、今の自分の習熟度に合った個別指導を仰いだものでした。この実践講座では、毎回担当の講師以外にも数名の助手の先生方がサポートしてくれます。実技においてほとんどのペアに先生がついてくれますので、個人の到達度を見極めたきめ細かな技術指導が実現されています。まさに現代の寺子屋と呼んでも過言ではないでしょう。

微に入り細を穿つ均整術の解説と技術指導。そして学校の講義では教えてもらえない臨床の場における生きたノウハウが、事もなげに披露されています。それもそのはず、担当講師は机の上の理論だけでなく、均整師実践講座の時間以外は日々治療院にて患者さんを救っておられる方々です。臨床の現場で培ってきた経験を大事に講義をされています。

老婆心ながら私の経験から技術を学ぶ場合、重要な手順（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、と受けてみる

これらの繰り返しによって技の絶妙なキレや、刺激の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。

臨床経験豊富な講師陣と勉強熱心な受講生が、縦横のつながりを持ってあなたとの新たな出会いを楽しみにしています。

最後に、既に受講された方々から実践講座を振り返った感想が寄せられていますので、原文のまま加筆、修正せずに掲載しておきます。

（文責・村田均整院 村田昭人）

「実践講座に参加して」 千葉優介

私が実践講座に参加させて頂いた理由として色々な視点から体を観察しようと思ったのと自分の技術の向上の為でした。青森から月2回、1年で24回の講習を受けましたが、とっても楽しくてつらいと思った事は一度もありませんでした。先生方の技術を一つ残らず勉強しようと思い何度も質問したり、分からないところは徹底して教えて頂きました。そしてその技術を次の日から自分の操法に取り入れて使っておりました。いまいち効果が納得できない場合は再度講習会で質問して練り上げてきました。最近では少しずつですが結果が出て参りました。

まさに実践講座として活用させて頂き、熱心で親切な講師ばかりで感謝しております。また、先生方の生活や開業に至るまでの体験は勉強になりました。

この一年を通して得たものは素晴らしい技術の他に同期の仲間達であり、私にとっては最高の宝物であります。

これからは全国講習会に積極的に参加させて頂き、縦横の繋がりを強め更なる技術の向上に努めて参りたいと思いますので、御指導よろしくお願い致します。



「実践講座を受講して」 加藤敏雅

私が実践講座講習に参加しようとしたきっかけは、若い時に腰椎椎間板ヘルニアになり痛くて何もできず、医者からは手術が必要だと診断されましたが、友人に坂本施術所を紹介してもらい、通ったところ、痛みが消えて手術せず治りました。凄く感動し、私も救える人になりたいと強く思い、坂本先生に相談したところ、昨年からは始まった実践講座を紹介してもらい、「実践」という言葉に惹かれたのがきっかけです。

実践講座を始めるまでは、均整という名前すら知らず普通のサラリーマン生活を送っていた私がついていけるのか不安もありましたが、先生方のわかりやすい説明が理解しやすく、すぐにのめり込んでいきました。

また「実践」ということだけあって、言葉や文章よりも、実際に先生方の実技を受けたり生の実技を見て直接指導してもらい頭より体で覚えていっている気がします。

実践講座を通じて先生方や生徒の皆様に出会えたことを嬉しく思っております。

そして実践講座を受け、均整の楽しさと素晴らしさを本当に実感しました。

時々、前日に少々飲みすぎた日もありあましたが、実践講座に行くのが楽しくて、心身共に充実し均整と出会えたことに感謝しております。もう一年実践講座で学んでいますがいよいよ深く学んでいき救える人になりたいと思います。



「実践講座を受けて」 荒井佳代

就職して一年目の冬、腰を壊して自力で立ち上がることができなくなった私に、職場の先輩が群馬の青木均整院を紹介してくれました。私は、生まれたときから股関節の接続が悪く、内股であることで悩んできましたが、腰痛もそこから発していることがわかり、腰痛の治療と共に、長年悩んでいた足の治療もしてもらっています。



青木先生のところにお世話になって4年目の冬、偶然私の施術中に青木先生が取り寄せた実践講座の案内書が届き、一部を譲っていただきました。私は以前から、青木先生は、娘さんの病気の症状を和らげたいと考え均整の道に入られたことを伺っていました。そして、その効果の大きさも知っていました。私は近い人がクローン病を患っており、青木先生まではいかなくても、症状の緩和を目指して、実践講座に参加することにしました。

実践講座第一期生は、すでにさまざまな施術の技術を持ち、自らの技をさらに磨きたいと考えやってきた方が多く、完全な初心者である私は戸惑うこともありましたが、先生方はとても熱心で、親切に教えてくださいました。一期生は11名でしたが、その日の講師の先生以外にも、第一線で活躍されている先生方が毎回来てくださり、生徒2人に先生1人程の割合で手取足取り教えてくださいました。私は、高校の教員をしており、2学期などは参加が困難だと思う日もありましたが、先生方の熱意と内容のおもしろさ、続けるこ

とで身につく実感が嬉しくて、昨年度は全24回を皆勤で参加することができました。

今年度は、昨年への復習と技術のさらなる修得を狙って、もう一度二期生と共に参加させていただいています。また、上杉先生の施術所で現場の施術を勉強したり、筒井先生の紹介で障碍のある子どもたちへのボランティアにも参加させていただく予定です。

まだまだ勉強不足ですが、クローン病の症状改善を目指すと共に、教員という職業を活かして、脳育学や容姿開発を活用し、子どもたちの健康にも関わっていきたくと考えています。



講師の先生方の紹介



坂本元一先生

(日本姿勢保健均整師会師範)



牧野憲市先生



伊藤義政先生



伊藤雄一先生

(日本姿勢保健均整師会会長)



村田昭人先生



坂本実穂先生

(実践講座長)



百名宜徳先生

日本姿勢保健均整術の操作概要

健康開発

- ◎体 型 操 法=姿勢の歪みのパターンを十二種類に分類、その体型、態性体質
病の偏りを正し、中庸体、調和の姿にして本来持っている機
能を充分発揮させる。
- ◎骨 格 ・ 関 節 操 法=脊椎調整、骨盤調整、肩関節調整、肘関節調整、股関節調整、
膝関節調整、足関節調整、顎関節調整等々。
- ◎筋 肉 操 法=各部の筋肉調整。
- ◎性 科 学 操 法=子宮発育不全、子宮後屈・前屈、子宮下垂、月経痛、卵巣痛、
子宮内膜炎、不妊症、分娩法、逆子、無精子症、陰萎症、早
漏、勃起不全等々。
- ◎疼 痛 操 法=ムチウチ症、座骨神経痛、肋間神経痛、胸背神経痛、頭痛、ア
キレス腱炎及び痛、腰痛症、各神経炎、三叉神経痛、顔面神
経痛、顔面麻痺等。
- ◎その他・小児操法・老人操法・内臓賦活法・類別克服法・観歪法

容姿開発

個性の輝きを引き出し、調和の姿形・美しい体姿をつくる。

ヒップアップ、バストアップ、骨盤の引締、顔の引締、二重アゴの引締、ウエストの引締、
口唇の歪矯正、大腿下腿の引締、上腕後面の引締、O脚・X脚の調整、下顎の歪み矯正、
鼻の曲がりの調整、上下眼瞼下垂の調整、観骨の調整、その他健美体操

頭脳開発

正しい精神をもち、頭の働きを良くする。

- ◎思考力アップ=前頭葉を中心に頭骨全体の形と機能を整え、思考力をつける。
- ◎記憶力アップ=側頭葉を中心に頭骨の形と機能を整え、記憶力をアップする。
- ◎行動力アップ=後頭葉を中心に頭骨の形と機能を整え、積極的・行動力がアップする。
- ◎精神を安定させる=間脳の機能を整え、感情の働きを中和、落ち着きを取り戻す。
- ◎テスト直前に冷静にする=人前で赤面しない。試験の時あがらない。
- ◎勉強の疲れを取る=肩こり、目の疲れ、勉強疲れ、次の勉強に移る時の気分転換。鼻つ
まり等。
- ◎自律神経を安定させる=自律神経失調症、蓄膿症、扁桃腺炎等。

●お問合せ先：日本姿勢保健均整師会事務局
〒156-0043 東京都世田谷区松原2-18-16
TEL. 03-3328-3245