

1.「開節法マシンチェア」MKSに導入！ 2.「棒上下法」で鼻詰り解消！ 3.MKS 整体院の症例 4.歯周病予防に強力な武器「OHA 水」 5.お知らせ

開業以来ずっと、TV 放映された健康情報を録画してきた。その貴重な映像が約 20 年分溜まっている。その中から、合気ウォーキング教室やワイズ・アカデミー、そして松原整体塾などで教材として使える映像を、PC で編集して活用してきた。

映像の編集には、かなりの時間が必要だ。まず PC に取り込むのに、映像の長さ分かかる。それから無駄な箇所をカットして、できるだけ短い時間にまとめて、MPEG2 にデータ変換して、DVD に焼きこむ。数十分の教材を作るのに何時間もかかるため、普段はなかなかできない。

この正月休み中に、未編集だった映像の中からいくつか編集したので、「ワイズ・アカデミー」や「松原整体塾」で使えるビデオ教材を少し充実させられた。

ところで、大量の読書と PC ワークのため、目がいつも充血して痛いのが続いていた。目薬を頻繁に点眼しても、痛みと充血は取れなかった。そこで昨年末から、寝る前にヒマシ油をたっぷり目の周囲に塗ることにした。効果はテキメン！やはりオイルの偉力はすごい！

1.「開節法マシンチェア」MKSに導入！



今まで開節法マシンを設置したベッドへの乗り降りが大変だったため、昨年末から大和精工㈱で『整体チェア』の試作を始めた。

この『整体チェア』が、いよいよ 2 月 16 日に MKS 整体院に納入された！

腰とヒザを理想的な角度に保ったまま、電動のリクライニングでイスからベッドに変わる。

チェアには 3 種の開節法マシンが設置されていて、「バックシェイプ DX」と「レッグシェイプ」の位置調整ハンドルが付いているため位置調整がしやすい。

また「カカトの固定台」も長さ・高さ・角度を可変できるため、足をしっかり固定できて、ふくらはぎの揺れがより快適で手技に近い感じになる。

開節法マシンのセッティングは意外と難しく、位置がほんの 1,2 cm ずれただけで、効果や快適度が大きく損なわれてしまう。正確にセッティングするには、やはり手技の経験が必要だろう。

終了後は、電動リクライニングでイスに戻る。肘掛があるために、立ち上がるのも楽だ。

これで、乗り降り時の困難と、セッティングの苦勞がだいぶ軽減できる。将来的に目指している『一体型整体チェア』に向けて、大きな一歩を踏み出したといえるだろう。

開節法 HP、3 月上旬にリニューアル予定！

2.「棒上下法」で鼻詰まり解消！

大阪の男性「秘伝」読者から、次のような症例報告のおハガキと年賀状をいただいた。お会いしたことはないが、私の記事を読んで成果を出していただけるのは、非常に嬉しい。内容の一部をご紹介します。

「…松原先生が隔月毎に記事が載せられている月刊誌「秘伝」、興味津津でその卓越した内容に感動しております。十一月号でご披露された“首コリ解消法”の『棒上下法』は、知人縁者に機を得て伝えており、自身も実践して2ヶ月余りになります。夕刻頃の“のぼせ感・ふらつき感の消失”はもとより、この頃では“鼻詰まりが皆無に”なりました。自律神経の呼吸中枢の機能UPに著効があると喜んでます。

『棒上下法』によって背面（特に肩甲骨下辺部）がゆるむことによって、大腸活動も活性化されるでしょう。お通じが格段に質量共に改善されました。また、続けることによって、深層筋まで効果が及ぶのですね。…」

月刊「秘伝」連載好評！

隔月で連載の私の記事「100%動ききるための調整術」—最近の内容を紹介。

09年9月号：疲労回復の“要”は脳 …疲労回復の中枢「前頭葉」の活性化を紹介。

09年11月号：諸悪の根源は“首” …自律神経失調・免疫力低下の根源「首コリ」の解消術。

10年1月号：“着地”の話 …ジャンプ・階段・下り坂で、ヒザを守る着地の秘訣。

10年3月号：力を“芯”に伝えるには？…合気習得までの秘話を初公開！

10年5月号：鍛えてる人はカッコいい（予定）…筋トレの重要性と効果的な鍛え方。

3.MKS 整体院の症例★★★

当社の使命は、『病院に行っても治らない病状で悩んでいる人を、“適切な施術”と“生活の改善指導”によって、改善する希望を与える』こと。MKS 整体院では、それが現実になっている。最近の症例をいくつか紹介しよう！

30年来の「うつ病」が治癒！

トヨタに勤務している50代後半の技術者の男性で、30年以上うつ病で、どこに行っても良くならなかった。仕事も満足にできないので、本当は辞めなくてはいけないのだが、家族を支えるために辞めるわけにも行かず…。

愛知から週末に来て一泊し、土日2日間続けて一日に2回ずつ治療を受けられた。

「食後に果物を食べる習慣」を止めるように指導したら「胃もたれ」が消失し、わずか4回の来訪（計8回の施術）でガチガチだった背骨がゆるんで、険しかった顔の表情が明るくなった。

「こんなに楽な気分になれたのは初めてだ！」と感激していただいた。

うつ病や自律神経失調症の多くは、「胃腸の不調」と「栄養不足」が根本原因であることが多い。特に、「自然食の信奉者」に多く見られる。

5.お知らせ★★★

(1) ワイズ・アカデミー

いくら良い施術を受けても、**結局は本人の生活が変わらなければ治らない!**

病気になる人は必ず、「病気になる生活」をしている。悪い姿勢で仕事をして、身体に悪い食品をたくさん食べて、体温を下げるようなことをしていたりするのだ。そういった生活を続けながら、いくら治療に通っても治るはずがない。

そこで昨年から始めたのが、一般向け健康講座『ワイズ・アカデミー』だ。

昨年は春と秋の2サイクル行なって、60名以上が参加された。セミナーの感想で多かったのは、「**今まで良いと思っていたことの大半が、実は悪いと知ってショック!**」という内容だった。治らないのは大抵、本人の「間違っただ思い込み」のせいなのだ。

今年は、各テーマを次の3つに変えて、下記日程にて行なう予定。

3月21日(日) 14:00~17:00 **腰痛・ヒザ痛解消法!**

4月18日(日) 14:00~17:00 **自律神経失調症&冷え性解消!**

5月16日(日) 14:00~17:00 **脳力UP&メタボ解消の食事法!**

場 所: MKS 整体院 (新宿区西新宿 8-2-25 -6F)

申込み: MKS 整体院 or 体質研究所 TEL: 042-670-0138 FAX: 042-670-0089

(2) 4月10日『合気ウォーキング教室』

「歩かないと身体に悪い」と分かってはいるけど、「歩くと脚腰が痛くなるから…」という人は、“**歩き方**”が悪いのだ。「合気ウォーキング」は重心をセンターに保って歩くから、いくら歩いても足腰が痛くならない。腰痛やヒザ痛の治療にも、実に効果的な運動である。

また、**O脚矯正やヒップアップにも効果的**なので、脚やウエストを細くしたい人にもお勧めだ。

この講座では、自分で骨格を整えて筋肉のコリをゆるめる「**呼吸矯正法**」をはじめ、脚腰(特に内転筋群)を鍛える「**四股スクワット**」、腰痛を防ぐ「**座り方・立ち方**」、「**階段の楽な登り方とヒザを痛めない降り方**」などを総合的に指導する。知らない損な内容が満載である。

日 時: 4月10日(土) 14~17時

場 所: 朝日カルチャーセンター (新宿駅西口~徒歩5分 住友ビル 4F)

申込み: 朝日カルチャーセンター: 03-3344-1947

(3) 3月15日『合気研修会』スタート!

関節法も松原式オイルマッサージも、「合気」が基礎になっている。**合気とは、「力を相手の“芯”に伝える技術**」であり、それができなければ、関節法もオイルマッサージも効かない。

今まで松原整体塾を卒業しても、合気を習得できない人が多かった。そこで、3月から「合気」を特化して練習する研修会を発足することにした。今後は、関節法フットケアセミナーもオイルマッサージも、合気研修会の会員しか参加できない。

また整体塾は、今まで1年生で教えていた「**実用生理学**」「**合気訓練**」「**オイルマッサージ**」を分割して受講できるシステムに変更した。(詳細は別紙案内を参照)

研修日時: **毎月第3月曜日 19時~21時** MKS 整体院にて 入会随時(審査あり)