

# ゆとり鍼灸治療院整骨院

大阪府堺市北区中百舌鳥町2丁8番 ベアティテュード1F  
TEL/FAX.072-254-1109

院長 インタビュアー  
対談 上野 晃 × 萩原 流行  
[俳優]



INTERVIEW  
AKIRA UENO × NAGARE HAGIWAR

## 健康は冷えない体づくりから！体質改善で未病を解消する東洋医学を広める



冷えないことが重要なのでしょうか。

**上野** 体が冷えると血流が悪くなり、脳や様々な臓器の機能が低下し、それが元で体の痛みを生じたり病気を発症してしまうのです。例えば小腸や大腸は消化された必要なものを吸収し、不要なものを排泄するという役割を持っていますが、腸が正常に機能しないと必要なものを排泄したり不要なものを体内に溜め込んでしまい、その結果、他に悪い影響を及ぼしてしまうこともあります。また、私どもでは「不妊」ではなく「未妊」と言っています。血流を良くして体内の機能を正常に戻すことでお子さんを授かるというケースもございますので、妊娠においてもまず健康な体づくりが重要です。

**萩原** なるほど。いかに体温が大切であるかがよく分かりました。

**上野** それと「食は医から」という言葉があります。食事は食事とも密接な関係があります。例えば「エビは体を温める」「カニは体を冷やす」「キュウリやナス、スイカなどの夏野菜は利尿作用や発汗作用が大きい」といった具合に食材にもそれぞれ特性があり、その薬効の強いものが漢方として使われています。昔は旬のものを体に良い調理法で食べることで、自然に熱中症予防などもできていたわけです。

**萩原** そう言えば昔の母親達はそうした知識を豊富に持っていましたよね。

**上野** また、講演の他、企業様に対して鍼灸啓蒙のため、福利厚生の一環として働く人達に東洋医学を取り入れて頂くため、ケータリングで鍼灸マッサージも行なっています。

**萩原** では、診療はどのように。

**上野** まず「望診」という視覚から得られる情報を診ます。顔も各臓器と結び付いているため、顔色や肌のツヤなどから内臓の調子が分かるのです。その後、声や呼吸音、話し方、咳の音などを聞く「聞診」をし、更に「問診」を行なうのですが、東洋医学では食事や飲み物、睡眠、お通じ、発汗など日常生活について伺い、更に子供の頃からの既往歴や今までに生活面で大きな変化があったことなどを伺います。そして「切診」として脈、お腹の調子などを来院者さんに触れて調べます。みぞおちは精神面、へそは胃腸、へその下は腎臓などお腹回りからも体の調子を診ることができ。こうした情報を総合して、西洋医学で薬を処方するように私どもでは必要な臓器のツボに伝統的な鍼灸を処方します。近隣のクリニックとも連携し、必要であれば相応しい医療機関への紹介も行なっています。

**萩原** 一人一人の来院者さんに対する時間を充分に取って頂けるんですね。

**上野** はい。また、会社勤めなどの方のために診療時間を午前十一時～午後十時、日曜・祝日も午前九時～午後一時とし、年中無休の体制を敷いています。

**萩原** 来院者さん本位の姿勢を貫いておられるんですね。しかし院長を始めスタッフの皆さんは大変でしょう。

**上野** 四人のスタッフは皆で協力し合っていており感謝しています。加えて最近は一ハビリを受けたくても受けられない「リハビリ難民」が社会問題化していますが、当院では今年六月から堺市全域と大阪市一部を対象として「訪問はりきゅう医療マッサージ」も開始しました。

**萩原** では、最後にこれからの展望を。

**上野** お母さん世代の女性や高齢者にかかわりの深い未病に対し、東洋医学の担う役割はますます大きくなり、今後は日本も欧米のように未病に対して東洋医学を選択するケースが増えていくと思われ。その中で皆様が安心して施術を受けて頂ける環境づくりのために尽力していく所存です。

**萩原** 実際に私も施術を体験させて頂きましたが、本当に気持ちよくて身体が温まりました。今後のご活躍を期待しています。

### ① INFORMATION

伝統的な鍼灸と共に「箱灸」「岩盤足浴」で、皆様の健康をサポートします！



施術を受けた萩原氏も大満足



「岩盤足浴」も体験！