

## 2025年12月の姿勢矯正研究会報告

姿勢と不調症状改善の地域サポートセンター姿勢カイロ・オフィス院長の辻内正昭です。姿勢矯正士です。一流の治療家を目指し奮闘の日々です。

12月14日の姿勢矯正研究会は「ばね指」「冷え症のアプローチ」「弱化して痛みが止まらない筋肉」のテーマだ。

「ばね指」は西本会長が悩んでいる病態だったので私が施術を試みたが、掌の患部が肥厚していて腱の滑走が出来にくいと思われた。いわゆるレッドフラッグ。病院のオペやステロイド注射に頼るべきだと私は判断しギブアップ。

それでも西本会長は何とか治せないか研究を続けるとおっしゃっていた。効果的な施術方法を編み出して一刻も早く回復されることを願っている。



「冷え症のアプローチ」では足部の施術などでかなりの成果が出るように思われるがもっとより良い施術がないか研究していこうと思った。

「弱化して痛みが止まらない筋肉」はその拮抗筋に介入しても痛みが止まらなければ、他の原因がいくつか考えられる。筋肉強化を必要とするならトレーニングを指導も必要となる。テーピング療法により筋力の補助も有効なこともある。また神経自体が炎症を起している場合には緩めるような施術は禁忌である。疑わしい場合には病院に紹介するべきだと思う。

さて和歌山の弟子のミスターXも毎回この研究会に参加し、真摯に研究に没頭している。姿勢矯正理論をよく理解し技能の腕も上がり素晴らしく成長してきているように思う。

彼が開業する日が楽しみである！

## 9月の姿勢矯正研究会報告

## 令和 7 年 9 月 28 日(日)に姿勢矯正研究会がありました。

姿勢矯正士の西本です。

令和 7 年 9 月 28 日(日)に姿勢矯正研究会がありました。

今回はモーションパルペーションをメインに治療に着目して行いました。

参加者から不調箇所を聞き出しで、治すと言う事に注目してモーションパルペーションを駆使してデモを行いました。

次回もモーションパルペーションを復習を兼ねて行いたと思います。



※次回の姿勢矯正研究会は 12 月 14 日(日)を予定しています。

## 7 月の姿勢矯正研究会報告

姿勢矯正士の西本です。

姿勢矯正研究会が 7 月 27 日(日)にありました！

今回のテーマは、効果が顕著な「眼精疲労」の治し方についてメカニズムとテクニックです。

まずは、最も「眼精疲労」に効果が見込める環椎後頭関節のモーションパルペーションの取り方

についてのデモを行いました。

左右の関節を6方向×2に動かして行く訳であるから、繊細で精度のあるモーションパルペーションが必要となってくる。

如何に短時間に効果を出すために無駄は出来ない。

しかし上手いくと一瞬にして眼の前の霧が晴れる。

このテクニックを習得するには、数多くの臨床が必要となってくる。

しかし出席者の臨床を待つしか効果は体験出来ないであろう。

鎖骨のモビリゼーションの臨床の復習も行いました。

次は「蜂窩織炎」についての説明が横山さんからありました。

その後はいつもの通り、昼食を挟んで質疑応答に入りました。

好評の体調不良の参加者の治し合いも行いました。

※次回の予定は9月28日(日)です。



## 5月姿勢矯正研究会報告

姿勢矯正士の西本です。5月11日(日)に定例の姿勢矯正研究会があった。



そこでこんな事があった。

私が編み出したテクニックが弟子に教えても、どうしても思ったように効果が出ない。

うまくテンションが掛からないのだ。

このテクニックは私が編み出したテクニックの中でも5本の指に入る程の優秀で効果的なお気に入りのテクニックでもある。

肩甲挙筋の3点アイソメトリック(座位)である。

このテクニックの何が凄いのかというと、簡易性と即効性にある。

先ず座位で行えるので椅子さえあれば簡単に出来る事である。

もう一つは肩甲挙筋の起始・停止にコンタクトしながら、アイソメトリックを使うのである。

3本の手があれば簡単であるが、悲しいかな一人でやろうとすると1本手が足りない。

だからこのテクニックを操るのはちょっと難しい。

しかし習得すれば、効果抜群！

しかし中々テンションが掛からない。

私の大好きなこのテクニックを是非習得して欲しいものである。

このテクニックを教えていて「不器(用)は武器！」という言葉思い出した。

それはNHKの朝ドラで大工の棟梁が不器用な弟子の対して諭した言葉であると記憶している。

私もカイロのテクニックで「チェスター・ドロップ」というテクニックが中々出来なかった。

同じ様に上手くテンションが掛からなかったのである。

試行錯誤でやり通した。

チェスター・ドロップ月間なんてした事もある。

そしたら遂に出来た。

テンションが掛かるようになったのである。

そしたらいつでもテンションが掛かるようになった。

だから今でも私の武器でもある。

西本先生、姿勢矯正研究会お疲れ様でした。うまくテンションがか

からないのは体のポジショニング（立ち位置）、手指の操作角度の

違いもありますし、力が抜けてしまう等は本人の勘違い（受け取り

方）にも原因があります。こういった間違いは初期の頃にはよくあ

りがちですよ。弟子のミスターXも研究会で皆さんから指摘され

ずいぶん上達が見られるようになってきましたが今後経験を積んで

試行錯誤していくことできっと確かな実力が身につくと思います。

丁寧なご指導ありがとうございました。私も彼の成長に期待してい

ます！（姿勢カイロオフィス整体院院長 辻内正昭）

アクション:

## 7年3月23日(日)姿勢矯正研究会報告

令和7年3月23日(日)の姿勢矯正研究会  
姿勢矯正士の西本です。

令和7年3月23日(日)の姿勢矯正研究会を開催しました。

今回の議題は

私から「フライバーグ病」への施術披露

辻内先生から「めまいと姿勢の考察」

議題1

「フライバーグ病」は整体で治せるのか？

●フライバーグ病とは 中足骨骨頭(足趾の付け根の骨)に発症する骨の壊死(血液の流れが悪くなった状態)で、第2ケラー病と呼ばれることもあります。

骨端症のひとつで10歳代を中心に発症し、女性に多いと言われています。

●症状としては足趾の付け根[中足趾節関節(MTP関節)]に痛みがでます。

足底に胼胝(べんちとはいわゆる“たこ”のこと)を形成していることもあります。

最も多いのが第2中足骨、ついで

第3中足骨、第4中足骨で、稀に第5中足骨に発症します。

進行すると関節症(軟骨がすり減った状態)になります。

とネットに書いてあった。

うむ！

そうすると「リスフラン関節」の背屈矯正と中足指節関節の屈曲矯正で治るのではないだろうか？

ちょっとテクニックを披露してみた。

このテクニックで冷え症も改善する可能性がありそう。

議題2

「めまいと姿勢の考察」

これもちょっと難しい！

ハイパー関節が絡んでいそう。

もうちょっと臨床を積まなければならないだろう。

## 令和7年1月26日(日)に姿勢矯正研究会報告

姿勢矯正士の西本です。

1月26日(日)に姿勢矯正研究会を開催した。

今回の大きな議題として、

1・上肢帯まわし

2・冷え症対策としての足指まわし

を取り上げた。

どちらのテクニックもまだまだ未完全さが浮き彫りとなった。

まずは上肢帯まわし

発想はいい。

しかし小柄な人にはすごく効果的ではあったが、大柄な人には手の小さな私には指が届かない。

一つつつやった方がまだまだ効果的だし、やっても楽だ。

私の指も痛かった。

まだまだ改良の余地があるテクニックだと実感した。

次に冷え症対策としての足指まわし

これも発想はいい。

中々のもんだ。

しかしちょっと痛い。

効果がどれほど持つかも疑問。

もうちょっと臨床を続けた方がいいと実感。

足指まわし

デモンストレーション中

その後は恒例の質疑応答

私自身の用事で、4時丁度に終了。

なかなか内容のある姿勢矯正研究会であった。

## 令和 7 年 1 月 26 日(日)姿勢矯正研究会報告

1 月 26 日(日)に姿勢矯正研究会を開催した。

今回の大きな議題として、

1・上肢帯まわし

2・冷え症対策としての足指まわし

を取り上げた。

どちらのテクニックもまだまだ未完全さが浮き彫りとなった。

先ずは上肢帯まわし

発想はいい。

しかし小柄な人にはすごく効果的ではあったが、大柄な人には手の小さな私には指が届かない。

一つつつやった方がまだまだ効果的だし、やっても楽しい。

私の指も痛かった。

まだまだ改良の余地があるテクニックだと実感した。

次に冷え症対策としての足指まわし

これも発想はいい。

中々のもんだ。

しかしちょっと痛い。

効果がどれほど持つかも疑問。

もうちょっと臨床を続けた方がいいと実感。

足指まわし

デモンストレーション中

その後は恒例の質疑応答

私自身の用事で、4時丁度に終了。

なかなか内容のある姿勢矯正研究会であった。

**令和7年 明けましておめでとうございます！**

姿勢矯正士の西本です。



あけましておめでとうございます。

当院で冷え症でお悩みの多くの患者さんの症状が、大幅に改善してきたので、今年から自信を持って「冷え症マイスター」と名乗っていきたいと思います。早速、冷え症マイスターの西本です。

簡単な冷え症改善方法を大まかに述べたいと思います。知識があれば、簡単です！①

太ももの内側をストレッチする。②ふくらはぎの内側をストレッチする。③足首を外

側に動かす。(テーピングで補強する)

④足の指の可動域を広げる。(オリジナルテクニック使用) 隣接する関節に相反する動きがあるので、運動での効果は難しいです。※たったこれだけで足の指がぼかぼか!! 足の疲れもすっきり!!

1月3日(金)より「お試し料金 20分 2,000円 テーピング料含む」で提供

予約優先 京都にしもと整体院 電話 075-231-375