

## 一家庭で出来るやさしい東洋医学の手当法講座開催のご案内ー

小林宏男

先日、以前、妊娠中に卵巣嚢腫が見つかり治療を頼まれ、幸い手術と言われたのが治り、その後、無事安産で出産した方から久しぶりに電話があり「高校3年生の娘が急に腹痛を訴えたので、びっくりして近くの病院に連れて行ったが、盲腸と腸閉塞が疑われ、検査してもらったのですが、結局原因が分からず帰されてしまいました。浣腸で便を出されたせいか、少し楽になったようですが、夜遅くなり、また痛みだして困っている」との問い合わせがありました。上の息子さんの出産から20年以上たっており、家庭での手当からも遠ざかっている方なので手元にアイロン、キューレイコン、活生器はもちろん、梅肉エキスもありません。また夜10時過ぎであるが、ご主人も息子さんも帰っておらず、コンニャクも買いに行けない事などから、取り敢えず「足湯」と熱いお湯に浸し、良く絞ったタオルを要所に繰り返し当てがい、腰を据えて根気よく汗が出るまで頑張るようにお伝えしました。

その後、大丈夫かなと心配していましたが、翌朝早々電話があり「あれからしばらくして汗をかき始め、便が出、さらに一週間早かったのですが、生理が始まったら痛みが消えました」との嬉しい報告があり私もほっとしました。

こうした遠隔地の方の緊急の電話相談は、しばしばありますが、治療に通っていらっしゃる方や、ある程度の医学知識や家庭での治療法をご存じの方は、比較的的確に手当をしていただけるので、私も安心ですが、そうでない場合は、最低限の医療道具も揃っても無く、説明するのも難しいので大変です。つくづく、日頃から自分の身体ときちんと向き合えるような東洋医学や自然療法を基にした家庭療法の知識、技術がもつとしっかりと普及していればと思われてなりません。

こうした思いから「誰でも家庭で出来る東洋医学や自然療法の手当法」を学び、健康自立を目指したいという方々を対象に、**全7回、約24時間の講座**を企画しましたので、ご案内申し上げます。

内容は、東洋医学の基本的な考え方を理解していただきながら、普段は忘れがちな自分自身の内部感覚に目を向け、気持ち良い動きを見つけながら歪みを正そうとする操体法。さらに呼吸法、運動法、食事療法、指圧、お灸、そして誰にでも出来る温熱を中心とした手当法、足湯療法など、病気の治療だけでなく、普段からの健康法、養生法として毎日の生活の中で活かせるものばかりで、これまでの臨床例を紹介しながらの分かりやすい講義を目指します。

病気になったら「ハイ薬、ハイ手術」を当たり前とした受け身の状態から「風邪を引いたらむしろチャンスとして上手に経過させ、自然治癒力を高め治し、前よりも健康な状態にリフレッシュさせる。自分の身体はまず自分が責任をもち管理する」など、この講座によって少しずつ発想が転換され、医療を自分たちの手に取り戻す一助になればと願っています。

一回づつでも受講出来ますが、講座全体でひとまとまりとなっていますので、出来るだけ「連続講座」として申し込んでいただけたらと願っています。今回は、快医学時代からお付き合いのある友人、高橋真澄さんに世話人を引き受けていただいたお陰で実現する事になり、感謝しています。

【世話人より:高橋です。私も一緒に勉強させてもらいます。よろしく願います。】

日時 18年4月23日より月一回、10月まで計7回、**第四日曜日、午後1時から4時半まで**

場所 **本駒込地域センター3階和室**、会場は「円ノ座」の名で予約(裏面の地図参照)

原則として上記会場を使用する予定です。変更のある場合は1ヶ月前までにご連絡します。

文京区内の公共施設を利用します。

会費 7回通しで23,000円、他に、テキスト代、資料コピー代として1,000円。

初回時に全納となります。以前、連続講座を受講し、復習希望で参加の方は一回1,000円

一回のみ受講希望の方は4,000円となります。(テキストが必要の方はプラス500円)

## 服装、持ち物など

実習がありますので動きやすい服装(着替えもできます。スカートは不可)

大きめのバスタオルと普通のタオル各一枚ずつ、筆記用具

アイロン療法、キューレイコン実習の時は各自、裁縫用のミニアイロンや、  
キューレイコン、シートなどをご用意ください。

初回参加時に、出来ましたら簡単な自己紹介と身体の不調があれば病歴、現在の症状、  
どんな治療を受けているか、現在使用している薬、サプリメント、不安を感じていること  
などを書いて来てください。

## 講師 小林 宏男 略歴と自己紹介

1946年東京生まれ。高校時代(都立西高)までは甲子園を目指す野球少年として過ごす。

高校三年で日韓条約反対運動に触れ、政治に目覚め、早稲田大学政経学部政治学科に入学。全共闘運動に参加し、その後の生き方に大きな影響を受ける。

卒業後は好きな映画の道に入り、約10年間、PR・記録映画、TVの教育番組などの脚本、演出に従事する。後半、空手、合気道などの武道を通し、東洋医学に出会い、その魅力に引き込まれ、勧められるまま鍼灸学校に入学、免許を取得する。

在学中、体液調整療法の創始者の故池田 正道先生の内弟子として2年間修行し、終了と同時に、杉並区荻窪で治療所を開設、臨床活動に入る。師匠の「宣伝はするな。看板は出すな。クチコミで広めろ」との教えを守り約25年、今日に至る。その間、大浦孝秋氏の「人間医学」、築田多吉氏の「赤本」、東城百合子氏の「自然療法」などに接し、家庭療法に取り入れ、また直接、増永静人氏の「医王会」では経絡指圧、「快医学」の瓜生先生には操体法、綜統医学(家庭医学)などを学び、家庭で出来る東洋医学や自然療法の裾野を広げる。

現在、国立病院付属の看護助産学校で講師として東洋医学を講義中。

その他これまで、西荻窪のホビット村での講座や、山形県川西町の「さかもと自然農園」、文京区東大前の自然食レストラン「大きなかぶ」主催の連続講座など《これからは東洋医学が医療の基本に》の願い実現のため、求められれば各地で勉強会を行っている。

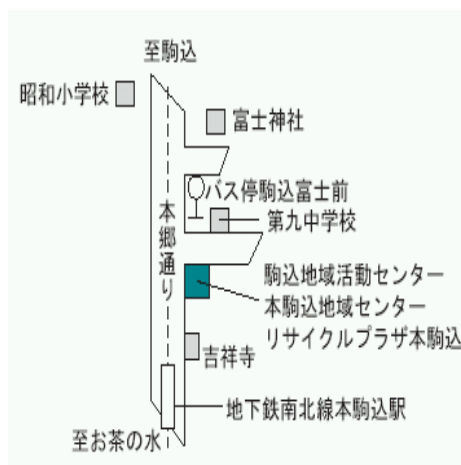
また、最近では同居する実母の介護に当たり、高齢者の介護医療も開拓中。

ここ20年以上、自然に親しむ生活に憧れ、東京の檜原村の山奥に土地を借り通い続けている。

問合/申込 (定員及び準備の都合上、前もっての申し込みをお願い致します。)

TEL/FAX : 03-3823-5814 (高橋) メール : kenko@ennoza.com

## 会場地図



会場: 本駒込地域センター 3階和室 A(20畳)

文京区本駒込3-22-4

東京メトロ 南北線 本駒込駅2番出口より北方向に約5分

本郷通り沿いです。吉祥寺という大きなお寺を過ぎて郵便局のちよつと先です。

南北線の本駒込が最寄り駅ですが、JR 山手線駒込駅から歩いて15分程度、都営三田線の千石駅から歩いて10分弱です。