



—— 産前産後の母体を整える神ワザ治療院10選 ——

鉾崎聖宗院長
つまだ整骨院
(神奈川県厚木市)

「ゆがみ」「神経」「栄養」の3つの回復が基本
独自技法で身体を「リバースポジション」に調整

3人の恩師に導かれた人気治療家への道

大型商業施設などが立ち並ぶ小田急線の本厚木駅北口から神奈川中央交通バスに乗り約10分。妻田バス停で降車後、バスの進行方向へしばらく歩くと見えてくる妻田交番前の妻田中村交差点を左折。そのまま中村公園まで直進すると、右手に『つまだ整骨院』の看板が見えてくる。閑静な住宅街のなかに建つ真っ白な戸建ての治療院だ。6台分の駐車場を備え、車での来院者



住宅街の中に建つ「つまだ整骨院」は“整形外科にできない治療”を標榜する

にも対応している。

つまだ整骨院長は、23年以上のキャリアで累計32万症例以上を診てきた実績を誇る。患者さんには、野球やボクシングをはじめとするプロのアスリートやアーティスト、パフォーマー、モデル、芸能人なども数多い。現在、完全予約制を取り入れているのは、つまだ整骨院長一人で施術にあたるため。完全予約制にする前は治療待



治療家として23年以上の経験と累計32万症例以上の施術実績を誇るつまだ整骨院長

ちの車25台が列をなし、対応に苦慮したこともあるという。それほど人気の治療家なのだ。

つまだ整骨院長が治療家への道を歩みきつかけとなったのは、小学1年生から高校3年生まで打ち込んだ野球と、3人の恩師だった。高校時代には本気で甲子園を目指し、日々のハードな練習に耐え、満身創痍で野球に没頭した。その経験が、将来はケガで悩む人をサポートしたいとの思いへとつながった。そんなつまだ整骨院長の思いをくみ、当時の野球部の上山監督も背中を押してくれたという。卒業後は帝京医学技術専門学校（現在閉校）で学ぶと同時に、専門学校で指導にあたり帝京大学野球部員の治療もしていた香川接骨院の齋藤院長の元で治療家としての基礎を6年間学ぶ。「実の息子のように厳しくも優しく多くの経験と治療家としての心構えを教えていただいた」と振り返る。そして、齋藤先生とも懇意にしていた同じく治療家の阿部先生との出会いがつまだ整骨院長を大きく変えた。

つまだ整骨院（神奈川県厚木市）

「阿部先生オリジナルの矯正技術に衝撃を受けたのを覚えています。当時は見たこともない施術で、治療のイメージがガラッと変わりました」

その後、1年間で開業することを条件に阿部先生の治療院での修業が始まった。これらの修業時代に齋藤先生から基礎を、阿部先生からは応用を学び、鉾崎院長の治療家としての礎がしっかりと築かれる。阿部先生との約束通り、1年後の2006年に晴れて「つまだ整骨院」開業に至った。「よい方々に恵まれた」と鉾崎院長は今でも感謝の言葉を口にする。

身体機能を回復させる独自の Bonett 技術

産前産後ケアも含めた同院の施術の根本的な考え方に、「ゆがみ」「神経」「栄養」の回復がある。この3つの回復がさまざまな不調や悩みを取り除くことにつながるという考え方だ。

「ゆがみ」というと一般的には、左右非対称、ずれというイメージが強い。しかし鉾崎院長のとらえ方は違う。

「ゆがみは正しい役割ができていない状態である、というのが私の考えです。例えば、産後のサイズダウンのために『骨盤を締める』という言葉を便宜的に使いますが、締めるというよりは、しっかり力が入る状態にする施術の意味合いが強いですね」

つまり、正常な動きができていないということは、すべからずゆがみがあるのとらえるということだ。そもそも人間の臓器は1つのものもある。また肺は2つあるが、中の肺葉は右に3つ、左に2つのため、重さも左右でおのずと異なる。ゆがみⅡ左右非対称という考え方は、もともと左右非対称な人間の身体を左右対称に正すということになり、そもそも無理があるのだ。「家の基礎がゆがめば、家が傾き、本来開閉できるはずのドアが開かなくなるように、ゆがみを治すというのは、人間の身体が持つ本来の機能を取り戻すということです」

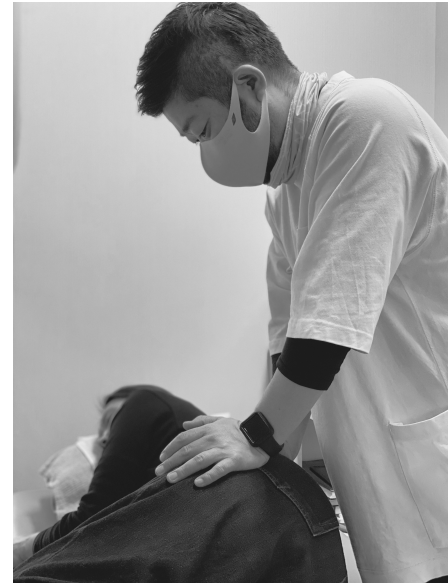
次に、身体は「神経」の命令で動くため、その命令に誤作動があれば身体は正しく機能しない。さらに身体の回復の指示を出すのも神経だ。

「神経については特に筋肉がしっかり反応することをメインに考えています。神経の命令が筋肉にスムーズに伝わる状態を身体がゆがんでいない、と表現しています」

3つめの「栄養」だが、身体に栄養を届けるのは血液だ。筋肉によるポンプ作用や筋膜の滑走、血液の循環による毛細血管の拡張などさまざまなものが影響する。

「筋肉がねじれてしまうのも栄養に関係します。筋肉のねじれは、例えると雑巾を絞った状態で、水分が出ていってしまします。ねじれている状態では水分も入りませんので、栄養となる血液が入らないということです」

鉾崎院長の考えでは、「ゆがみ」「神経」「栄養」は三位一体で、1つでも欠けてしまうと、



院長オリジナルのBonefit技術は痛みも不快感もない驚くほどソフトな施術だ

なんらかの不具合が出てくるということになる。そして、この考え方を突き詰めて作った院長オリジナルの施術技法が「Bonefit（ボンフィット）」だ。

Bonefitを簡単に説明すると、施術する部位を「リバースポジション」に持っていくことだという。このリバースポジションという言葉も院長独自のもので、身体が生まれ変

わる位置という意味だ。

「解剖学上の位置とは違う位置であるリバースポジションにすることで、血液が一気に流れたり、神経のつながりがよくなったりすることがわかってきました。例えば、肩のレントゲン写真を見ると、解剖学的には正しい位置にあるにもかかわらず、肩を上げにくいというケースがあります。その際、肩だけを見るのではなく、そこに相關する骨や関節、筋肉のねじれなど複数の箇所を見ていくと、わずかですがずれが生じている。そのずれをしっかりと正すことによっ

て、腕の上がりがよくなることがわかったのです」

詳細なデータは出していないと断りつつも、患者さんからは「力が入るようになった」「急に血液が回ってきた感じがして身体が温かくなった」などの感想を得ている。また、皮膚表面の温度を測るサーモグラフィでは施術箇所の温度が上昇したことで、血流の増加など、ある程度の証明ができていくという。実際、筆者も銚崎院長に簡単な肩の施術を受けたが、明らかに肩の可動域の違いを実感している。さらに特筆すべきは、まったく痛くない施術という点だろう。痛くないどころか、「え、これで効くの!？」と不安になるほどソフトな施術なのだ。それでも筆者の腕の可動域は大きく広がったのは事実だ。

患者さんによって異なるというリバースポジションの見極めは、誰にでもできるものではない。やはり累計32万件を超える施術実績を誇る銚崎院長だからできる、まさに神ワザと言えるだろう。

男女で異なる骨盤の形状を意識して施術

もともと骨盤矯正は開院当初から行ってきたが、産後の骨盤矯正など産前産後ケアに積極的に取り組むようになったのは、患者さんのなかで治療効果が高い人とそうでない人がいること

つまだ整骨院（神奈川県厚木市）

への違和感だった。患者さんの約10パーセント、特に女性に治りの悪い人が目立つ傾向があったため、鉾崎院長は患者さんへのヒアリングを実施した。すると、「切迫早産だった」「産後1年間は腰が痛くて動けなかった」など、患者さんから「産前」「産後」というワードが頻出したという。そこで産前産後の身体について改めて勉強し、「産後骨盤矯正」の施術メニューを作り、患者さんのケアにあたったところ納得のいく成果が出たという。以前は男性の患者さんが多かったが、骨盤を締める矯正をするようになってから女性が増え、現在は7割が女性だ。「そもそも男性と女性の骨盤は形状が異なり、男性はハート型で、女性は俵型と言われます。男性はもともときれいに整っていることが比較的多いのですが、女性の骨盤は、恥骨下骨の角度が男性に比べると広くなっているのが正常な状態。これらの男女の差を施術内容にも取り入れ対応するようになったのです」

ここで鉾崎院長の基本的な施術の流れを紹介する。骨盤矯正については、骨盤を締める段階から週1回の施術を計4回としている。まずは問診表に、出産の状況、不調の内容などとともに、サイズダウンを含めた要望なども記入してもらう。

次に初回検査で患者さんの身体の状態を把握する。

①ひざの高さによる骨盤の〈見た目の傾き〉

②母趾（親指）の背屈力（足の甲側に曲げる力）による〈神経と筋肉の反応〉

この2点を主に見る。

「傾きは、自覚症状の痛みに直結することが多く、正しい関節の可動域が出ない、力が入らないなど、関節（骨）、筋肉、靱帯が正しい役割、機能を果たせなくなります。この状態を私は『ゆがんでいる』と表現しています」

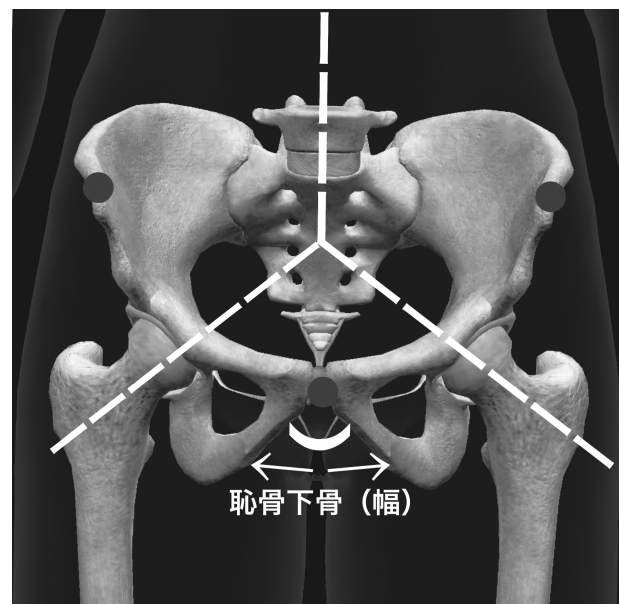
さらに初回の検査では、そのほかの関節の状態も観察し、とるべきゆがみについて患者さんに丁寧に説明する。このとき、独自技術であるBonfitの一端をデモンストレーションするという。つまり、骨をリバースポジションに整えることで身体は大きく変化することをお患者に体感してもらうということだ。また、施術に対する恐怖心や不安を取り除く狙いもあるという。

背骨と骨盤中央、両頸体角と骨盤中央を結ぶ線を各120度に調整

施術2回目以降から、いよいよ骨盤を締める矯正を始める。これは、骨盤をよい状態でキープし、安定させるために重要だ。ここでは骨盤内の3つの軸がポイントになるといふ。

「恥骨と左右の上前腸骨棘（骨盤の横の骨である腸骨の一番突出している部分）を線で結んだときに、きれいな逆三角形にすることが安定につながります」

また、股関節の大腿骨頭部を支える頸の部分（大腿骨首部）と大腿骨の真ん中の部分（大腿骨幹部）の角度を頸体角^{けいたいかく}と言うが、この角度は約120度が理想。両頸体角と、骨盤の中心



背骨と両頸体角を骨盤中央まで伸ばしたとき各120度で交わるのが理想的。女性は男性より恥骨下骨が広がっている

とを線で結んだとき、安定した二等辺三角形になるように調整していく。

「骨盤に垂直に載っている背骨の重心軸と骨盤中央を結び、同様に両頸体角120度と骨盤中央を線で結びます。この3本の線が各120度で交わり計360度になっているのが理想的な骨の位置です。ただ、医学的には、この形が崩れていても特に悪いとは言われないでしょう」

しかし、女性の骨盤は俵型のため、下の三角形が少し崩れた

形になる。この状態では、体重をしっかりと載せるのが難しく、横方向に負担がかかる。女性のお尻が大きくなるのは、これが原因の一つと銚崎院長。

「骨盤を調整し、それぞれの角度を120度に修正すれば、しっかりと体重を支えられるようになります。これもリバースポジションです」

また、主に卵巣や子宮、胎盤などから分泌されるリラキシンというホルモンも女性の骨盤の状態に大きく影響を与える。リラキシンには骨盤の関節を作る結合組織やじん帯をゆるめる働きがある。つまり、骨盤・恥骨結合部を柔軟にし、産道を広げ、出産を助けてくれるホルモンなのだ。このように、骨盤がゆるむ機能が標準装備されているのが女性の身体とも言える。また、リラキシンは経血を排出するために月経前にも分泌される。つまり、じん帯がゆるまなければ血液は排出されないということだ。

「母乳は血液からできていますので、授乳中はリラキシンが分泌されている状態です。産後臍帯炎もリラキシンでじん帯が緩むことが大きな原因の1つです。患者さんから『抱っここの仕方が悪いのか?』と相談されることがありますが、『授乳が終われば自然に治ることもありますので、授乳が終わっても治らなければ治療しましょう』とお伝えすると、安心されます」

産後の骨盤矯正は、産後1か月健診を終えた頃がベストタイミングというが、これもリラキシンが分泌されている状態での施術は変化が出やすいということから導かれた結論だ。

「出産後のじん帯がゆるんでいる状態がそのまま固まってしまうと、締めるのに少し時間がかかります。ただ、早いほうがいいのは確かですが、産後20年以上経ってからでも骨盤矯正はできますので、安心してください」

4回の骨盤矯正をすることで、産後のマイナートラブルの多くは消えていく、と鉾崎院長。その後は、希望に応じて定期的なケアや悩み別の施術へと移行するのが一連の流れだ。

産後の体型のくずれに特化した「美尻矯正」

同院で産後の悩みに対応するのが「美尻矯正」だ。名前こそお尻を強調しているが、産後に崩れやすい部位である骨盤はもちろん、肋骨、足のねじれ、股関節とお尻、という4つのポイントを中心に行われる女性に特化した矯正メニューだ。

ここでは骨盤以外の不調が出る原因などについて、鉾崎院長に簡単に説明してもらった。

◆**肋骨** 赤ちゃんが大きくなるにつれ、肋骨は大きく広がります。卒乳後に「胸が小さくなった」「カップ数が落ちた」というのは、肋骨が開いたことでアンダーバストが広がったことが大きな原因の1つです。さらに産後大きくなったお腹に伸ばされた筋肉では、緩んだパンツと

同じように締め付けの力が減少します。育児で忙しい時期には、その筋肉を自力で元に戻すのは難しい。また、肋骨をバンドのようなもので外力で締めるだけでは持続力は少ないでしょう。このため呼吸筋の反応を同時に調整する必要があります。

◆**足のねじれ** 多くの母親は子どもが小学生になるまでは、自分の歩幅で歩くことができせん。妊娠中は身体を安定させるため歩幅を狭くしますし、産後は抱っこ紐で赤ちゃんを抱っこしながら歩きますし、子どもが3、4歳までは手をつなぐことが多いものです。さらに第2子、第3子出産という場合は、確実に6年以上は正しい歩き方をしないことになります。この影響は足のねじれという形で現れます。足の小指が曲がる、小指の爪が小さくなる、といった症状がある場合は足のねじれが定着してしまった証拠といえるでしょう。

◆**股関節とお尻** 歩き方にも関わってきますが、育児、子育て中は、抱っこや力仕事が増えていきます。負荷が大きくなると踏ん張る機会が増え、しかもかなり無理をしながら踏ん張るケースも出てくるでしょう。このとき、太腿の外側、股関節の大転子部分のまわりの筋肉（特に中殿筋）を使うことによりお尻が大きく四角になるのです。これを太腿の裏側にあるハムストリングスを使うように、股関節やお尻の調節をすることで、四角いお尻が桃のようなお尻へと変化していきます。

「美尻矯正」を受けた患者さんからは、「パンツが緩くなった」「産前のパンツがはけた」などの声が数多く寄せられる。また、身体のラインがきれいになるだけでなく、身体の使い方もきれいになっていくという。

「身体の使い方がきれいになったということは、筋肉や神経がそれぞれの役割を果たし、楽に動ける身体になったということ。これは治療家として私が目指している身体でもあるのです」

そんな鉾崎院長に治療家としての醍醐味を聞くと、

「おこがましいですが、治療を通じて、患者さんの人生を好転させたと後日知ったときでしょう。もちろん患者さんの喜んだ姿を見るのは何よりもううれしいですね」

と笑顔を見せる。そして今後の展望については、

「私のオリジナル技術である Bonfit を多くの治療家に広めていきたいと考えています。そのためのセミナーやスクールなども計画中です。治療家という仕事は、体力的に大変な部分があり、まだまだ人気の職業とは言えないのが実情です。そんな状況を打開して、いつか『治療家になりたい!』と子どもたちに言ってもらえるような仕事にしていきたいですね。治療家の一人として、何かできることがあれば貢献したいと思っています」

（取材・文／松岡）