

月刊文化情報誌

神田
御茶の水
九段

水の街

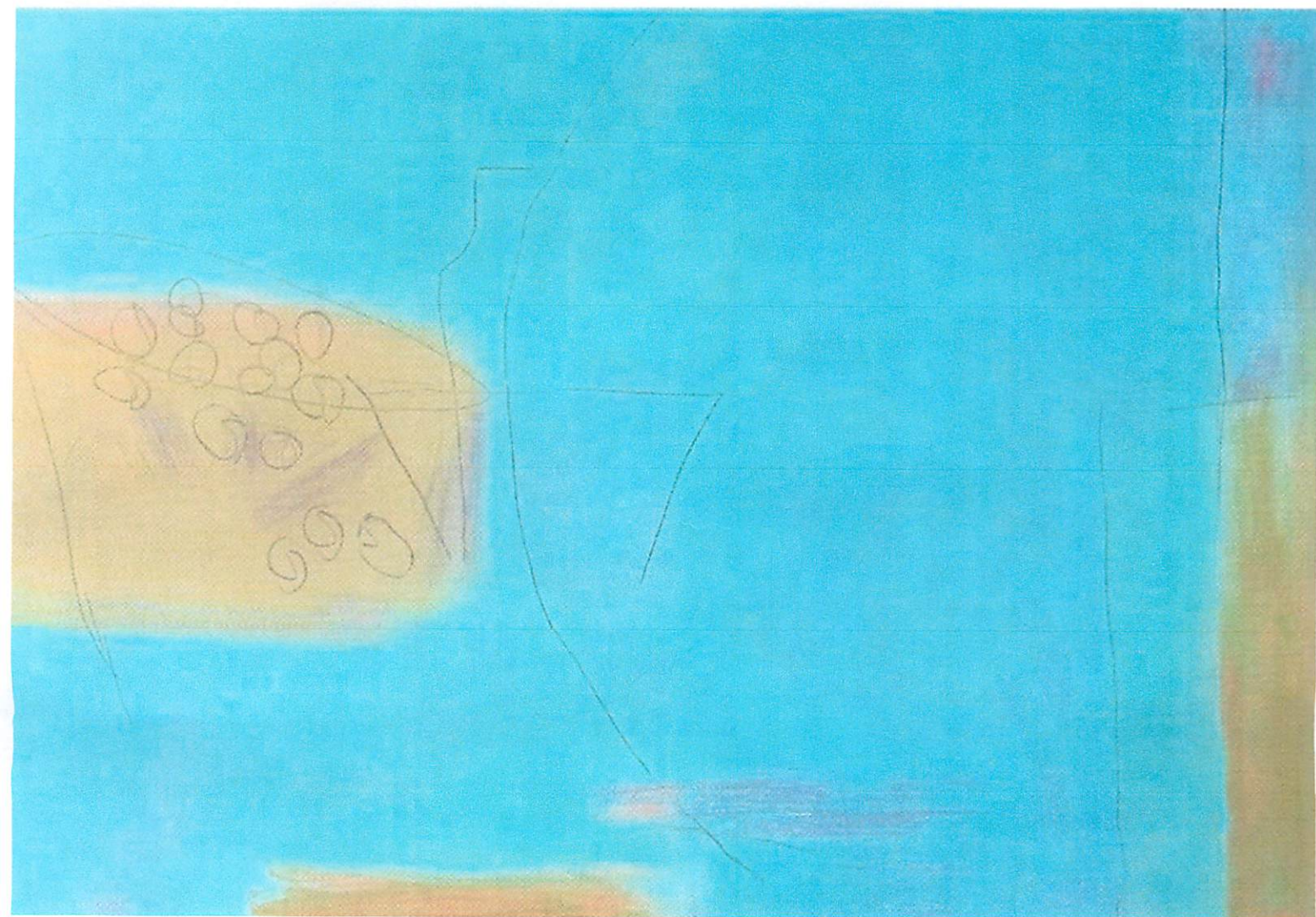
ナチュラルケア水道橋外来センター

朝倉穂高、松浦孝一郎 共同著連載

「古くて新しい 健康のミカタ」

本の街 2014.No.404「6月号」より連載スタート

バックナンバー vol.1(2014.No.404～2016.No.429)



古くて新しい 健康のミカタ

皆さんはじめまして！この度この「本の街」で健康をテーマにお話しさせていただきますナチュラルケア水道橋外来センターの朝倉穂高（以下：HA）と松浦孝一郎（以下：MK）です。

MK

朝倉先生と僕はともに同じカイロプラクティック（以下：カイロ）の大学を卒業した同窓生で、今は一緒にカイロ治療院で日々臨床にあたっています。

でも、2人ともちょっとマニアック（不思議？）なカイロプラクターなんです。

カイロだけではなく、古今東西の様々な民間療法・統合医療、さらには心身の鍛錬法・修行法にも興味津々。

そしてそれを学ぶ中で出会った、古くからあったものだけれど今の時代には新しい健康のミカタをこれから皆さんにご紹介したいと思っています。

さて、その記念すべき第1回は2人の自己紹介をしたいと思います。

HA

はい、初めまして朝倉穂高と申します。カイロでは特に背骨を中心に診ますけど、今までの臨床経験や学んできたことから「背骨から運命を創る」というポリシーを旨に仕事をしています。ですから、背骨は皆さんとつながるきっかけだと考えています。

それは、始めは症状から診ていくわけですが、クライアントの体を通して表現された世界を観ているうちに単に症状を取り除くことだけが目的ではなくなり、クライアントの環境を含めたクオリティオブライフの向上が目的になって来たんです。

これからなぜそのような考えに至ったかをもう少し詳しくわしくお話出来ればと思います。

MK

僕も朝倉先生も辿って来た道は違うけれど、一所懸命来院される方々や自分自身の問題に向かい合っていたら、単に症状があるところだけではなく、まったく関係がないように見えるところ、今まで考えもしなかったところにもその痛みや症状の原因があったり、症状の改善以上にその人の心身の在り方そのものが変わっていく体験を通して健康というものの見方が変わっていったんですよね。

萩原珈琲を賞し XRT22 で名曲を

 **炭火焙煎珈琲**
PIANO FORTE

【営業時間】 平日 11:00 ~ 21:00
土祝 12:00 ~ 20:00
日曜定休

千代田区猿樂町 1-5-20 田端ビル 1F
TEL 03-6273-7987

ノーチャージ・ノータックス

**BAR
FOREST**

珍しい洋酒が揃う
明朗いっぱいのお店

営業時間：19:00 ~ 5:00 土・日・祝定休
神田小川町 3-6-10 MOビル 1F
TEL/FAX 03-5281-2244

とにかく、そんな2人のなんとも不思議な健康
のミカタをよかったら気楽にお付き合いください。

●プロフィール

朝倉穂高

1978年生まれ、オーストラリア ビクトリア州立ロイヤルメルボルン工科大学健康科学部カイロプラクティック学科（以下：RMIT）卒の国際基準カイロプラクター。

大学卒業後ニューヨークのカイロ・クリニックに2年間インターンとして勤務、帰国後10年間神保町の治療院で診療、現在「予防医療を広めましょう」をスローガンにして、セミナー、講演活動を中心にナチュラルケア水道橋外来センターにて臨床に携わる。

松浦孝一郎

1976年生まれ、同じくRMIT卒の国際基準カイロプラクター。

RMIT入学前は国内の理系大学院に在籍する研究者の卵。カイロの学位を取得してからは、朝倉先生と同じ神保町の治療院に勤務、現在はナチュラルケア水道橋外来センターを中心に我孫子、神保町、大井町の4か所で臨床に携わる。



国際基準カイロプラクティック ナチュラルケア 水道橋外来センター

☎ : 03-5805-0927

●受付時間：午前10:00～13:00/午後15:00～20:00

●土曜・祝日10:00～18:00 ●定休日/日曜

文京区本郷1-4-7 協和ビル5F

<http://naturalcare-chiro.jimdo.com/>

止まらなかった。それに比べれば、私など、
まだまだ苦労の中には入らないと思った。
先生は、二十三年十月一日、採鉱部副長に
昇格した。二十四年に入ると政府から、三菱
鉱業の二分割案が内命されたので、社長から
社有財産分割委員に指名された。個人の遺産

相続と同じように、社有財産を分割しなければならぬ。大きなものでは鉱業権や、土地、工場、建物、クラブハウス、社宅など、小さなものでは椅子、机、什器にいたるまで、膨大な作業が待っていた。

（以下 次号）



ARTISAN HOUSE

アルチザンハウス株式会社

弦楽器・販売・修復

OPEN AM10:30～PM19:00 水曜定休

<http://www.artisanhouse.jp/>

●神戸

〒650-0022 神戸市中央区元町通1-3-7
チャイナスクエア201

PHONE 078(332)1579

FAX 078(332)5786

●東京

〒141-0021 東京都品川区上大崎3-4-1
SANRION BLDG8階

JRまたは地下鉄目黒駅より徒歩4分

PHONE 03(3444)1933

FAX 03(3444)1974



古くて新しい

健康のミカタ

第2回

朝倉穂高 (以下: AH)

前回から始まりました「古くて新しい健康のミカタ」なんですが、突然ですが、あまりにも自然で当たり前過ぎることって、言われてみて始めて気づくことって多いですね。

実はその当たり前なことがとても大切だったりするわけです。

でも現代社会ではあまりにも便利に慣れ過ぎたせいで、その大切な当たり前なことに気づけなくなり、結果、自然から離れていく生活習慣が心身の問題を引き起こしているように思うんですね。

松浦孝一郎 (以下: MK)

そうですね。

確かに古くからあるものって、今までは単に迷信だとかって思っていたんですけど、本当に意味があってそういう文化や習慣になっていることってありますよね。

例えば、季節感って心身にとってとても大切で、特に日本では四季がはっきりしていて、季節毎に様々なイベントがありますけど、あれって本当に自然のリズムそのものなんですね。節句 (せっき)、二十四節気 (にじゅうしせっき)、七十二候 (しちじゅうにこう) とか。

人間の体も野生生物と同じですから、四季によって変わるんですね。それが今の便利過ぎる人工的な環境にあるとわかり難い。なので季節の変わり目とかで、それは自然な体の変化なのに、単に体調不良という風に理解してしまっている人って多いですね。

AH

その点、日本人って四季に対してとても敏感ですね。

旬のものってよく食べますでしょ。

MK

初ガツオとかね。六月だと鮎、鱈ですか。

AH

僕の場合は、山育ちなんで山菜だったりね。こういう食文化って日本だと当たり前なんだけど、海外に居た経験からすると日本よりその感覚が薄いんですよ。でもそのお陰で、これってすごく大切な先人の健康を保つための知恵なんだと改めて気づいたんです。

MK

海外だと旬のものってないんですか？

AH

アメリカにしか住んだことがないから、諸外国の事情は詳しくは分かりませんが、少なくともアメリカでは日本ほど意識されてなかったですね。だから、今でも季節のものを頂くと日本人でよかったと心底思いますね。

MK

日本だと四季がはっきりしていますから、当然それに対応した文化が発達するわけで、現代の我々でも特に意識し易いというのはあるかも知れませんね。

七十二候によれば細かく5～6日で季節は変化します。昔の人は本当に季節に敏感だったんですね。

ちょうど明日6月11日は二十四節気の芒種 (ぼうしゅ)、七十二候の腐草為螢 (かれたるくさほたるとなる) です。

身体は夏に備えようとしているところですね。生き物すべてそうですが、環境変化の一步前に準備してそれに対応しようとしません。なので、ちょうどこれから季節、自分でも意識的に汗をかくということをしておくといいですね。ジョギングや体操とかの軽い運動で構わないので。

スムーズに夏の身体に移行できれば夏バテ対策にもなります。

AH

そうですね、季節の変化とともに体はすでにあらゆる環境の情報を察知して準備をしています。我々はまったく気がついていませんが・・・。

専門的にはホメオスタシス（恒常性）と呼ばれていて、常に一定の状態を維持しようと体も準備している訳ですから、我々自身も自然の変化を意識的に先取りして、体に

協力(軽い運動等)することが大切ですね。

MK

東洋医学では“変化すること”は自然なことだと考えるので、体の変化を促す、もしくは病的な状態をなるべく速やかに経過させるという考え方がありますね。

AH

例えば、臨床でも「冷え」の傾向のある人は、運動しても汗をかけない人って多いんですが、これは自律神経のバランスが崩れているため、体温調整や代謝機能がうまく働けないんです。だから無理して運動しても余計に体調を崩すのはそのためで、こういう人って結構多くありませんか？そんな時こそ、カイロでは自律神経の働きを活性化させ、自力で変化できるようにサポートしてあげるんですよ。

●プロフィール

朝倉穂高

1978年生まれ、オーストラリア ビクトリア州立ロイヤルメルボルン工科大学健康科学部カイロプラクティック学科（以下：RMIT）卒の国際基準カイロプラクター。

大学卒業後ニューヨークのカイロ・クリニックに2年間インターンとして勤務、帰国後10年間神保町の治療院で診療、現在「予防医術を広めましょう」をスローガンにして、セミナー、講演活動を中心にナチュラルケア水道橋外来センターにて臨床に携わる。

松浦孝一郎

1976年生まれ、同じくRMIT卒の国際基準カイロプラクター。

RMIT入学前は国内の理系大学院に在籍する研究者の卵。カイロの学位を取得してからは、朝倉先生と同じ神保町の治療院に勤務、現在はナチュラルケア水道橋外来センターを中心に我孫子、神保町、大井町の4か所で臨床に携わる。



国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア
水道橋外来センター

☎ : 03-5805-0927

●受付時間：午前10:00～13:00/午後15:00～20:00

●土曜・祝日10:00～18:00 ●定休日/日曜

文京区本郷1-4-7 協和ビル5F

<http://naturalcare-chiro.jimdo.com/>



古くて新しい

健康のミカタ

第3回

【前回のテーマは「変化」、今回は「ズレ」です。】

松浦孝一郎（以下：MK）

朝倉先生が仰ったように、カイロというのは神経の働きを正常化させることで、自然治癒力の発揮を促す職業なんですね。ボキボキ骨を鳴らす技術のことをカイロだと勘違いされている方が多いですけど。

朝倉穂高（以下：AH）

そうですね。日本ではまだまだカイロの認知度が低いですね。実際に受けたことのある患者さん達も良くわからないというのが正直なところだと思います。

MK

そうです。僕もカイロを大学で学ぶまではボキボキと骨を鳴らして“骨のズレ”を直すものだと思ってました。

AH

全く同感です。

そうなんですよ。結果的に“ズレ”を作り出している原因を調べてあげることで、自然と“ズレ”がなくなるということなんですね。感覚的には「“ズレ”ていった過程を次の状態にスムーズに変化できるように促すあるいは導いてあげる。」という感じでしょうか？

MK

その「感覚的～」という部分は非常に重要ですね。

もう少し詳しく先生のおっしゃる“ズレ”についてご説明頂けますか？

AH

はい。それは「構造的なズレ」ではなくて、「神経的なズレ」と言えばいいでしょうか。“ズレ”って言うと人それぞれ色々なイメ

ージがあると思うので、一言で説明するのは難しいのですが、一般的に皆さんがイメージする“ズレ”って言うのは「構造的なズレ」じゃないですか？ズバリ「骨の位置」だったり、「脚の長さ」だったり、今では「骨盤のズレ」とかよく聞きますよね。

MK

そうですね。神経的な問題を診るのが本来的なカイロの診方なんですよ。

AH

そうです。「神経的なズレ」というのは適切な表現ではないかもしれませんが、一般の方には理解しやすいのではないかと思います。

たとえば・・・ほら、子供のころ砂鉄を紙の上に載せてその下から磁石をあてて動かして遊んだりした経験ってありません？

MK

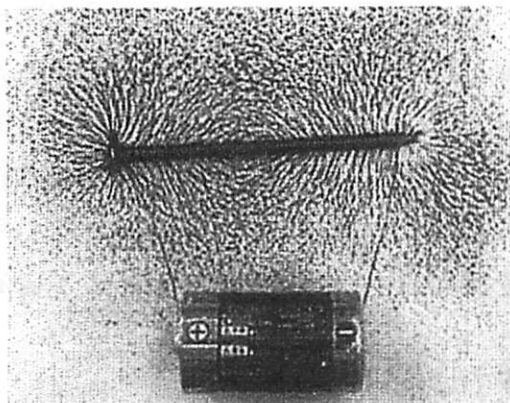
あります。あります。

AH

では、電磁石をイメージしてみてください。ここで電池が脳、コイルが神経、磁場が自然治癒力、細胞が砂鉄だとします。脳（電池）から神経（コイル）を伝って電気が流れます。電気が正常に流れていると自然治癒力（磁場）は十全に発揮され、結果として細胞（砂鉄）は常に自然治癒力の示す生命としてのあるべき方向へ規則正しく自ずから配列されます。

でも、なんらかの原因で電気が十分に流れなくなると途端に磁場は弱化、ひどい場合は消失します。この時、砂鉄の配列はどうなるのでしょうか？バラバラになりますよね？このことを先ほど「神経的なズレ」と表現したのです。

では、再び規則正しく砂鉄が配列されるためにはどうすればよいのでしょうか？砂鉄を1つ1つ整列させますか？そんなことしませんよね？



＜電磁石と磁力線のイメージ図＞

MK

砂鉄の数が多すぎてまず不可能です。細かすぎますし。

十分に電気が流れればいいんですよね？

AH

そうです。電流を阻害する原因を取り除けば再び磁場が発生し、自動的に砂鉄は整列します。

カイロではこの何らかの原因によって電流が阻害された結果として磁場の弱化が起き

た状態を問題と診る訳です。

ですから、僕らカイロプラクターの仕事は、この阻害しているものから電流を解放してあげることなんです。

MK

そうですね。この“阻害しているもの”こそ、まさに我々カイロプラクターが施術対象にしている「サブラクセーション」と呼んでいるものですね。

【お知らせ】

予防医術特別セミナー開催

日 時：7月21日（月） 13:30 ～ 16:30

テーマ：「“腰” 今昔」

講 師：予防医術の専門家 朝倉穂高

受講料：4,000円

詳細・お申込みはこちらのブログにて↓

<http://ameblo.jp/active-healthcare/>

●プロフィール

朝倉穂高

1978年生まれ、オーストラリア ビクトリア州立ロイヤルメルボルン工科大学健康科学部カイロプラクティック学科（以下：RMIT）卒の国際基準カイロプラクター。

大学卒業後ニューヨークのカイロ・クリニックに2年間インターンとして勤務、帰国後10年間神保町の治療院で診療、現在「予防医術を広めましょう」をスローガンにして、セミナー、講演活動を中心にナチュラルケア水道橋外来センターにて臨床に携わる。

松浦孝一郎

1976年生まれ、同じくRMIT卒の国際基準カイロプラクター。

RMIT入学前は国内の理系大学院に在籍する研究者の卵。カイロの学位を取得してからは、朝倉先生と同じ神保町の治療院に勤務、現在はナチュラルケア水道橋外来センターを中心に我孫子、神保町、大井町の4か所で臨床に携わる。



国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア
水道橋外来センター

☎ : 03-5805-0927

●受付時間：午前10:00～13:00/午後15:00～20:00

●土曜・祝日10:00～18:00 ●定休日/日曜

文京区本郷1-4-7 協和ビル5F

<http://naturalcare-chiro.jimdo.com/>



【前回のテーマは「ズレ」、今回は「施術思想の根本」です。】

MK

前回、朝倉先生に「カイロは生命力の十全な発揮を目的に、それを阻害する因子“サブラクセーション”を解放させる職業である。」ということを経磁石と砂鉄に譬えてご説明頂いたわけですが、こうしてみるとカイロは生命力という目に見えない力に着目しているという点で、非常に東洋医学に近い考えを持っていることがご理解頂けるかと思います。

AH

そうですね。磁場も目に見えない存在だけど、砂鉄が磁場に近づくとその磁場の方向に従って自ずと整列するように、神経も電気信号ですからその信号がONとOFFになることがあるわけです。

つまり、その働きが悪くなっているときというのは、筋肉の機能低下が起こり結果的に骨がズレている状態と言えるわけです。前回の「電磁石のたとえ」で言うと、磁場が弱くなって砂鉄がバラバラな不整列状態になっている、と考えると解りやすいですかね？たとえばですけどね。

MK

イメージはし易いですね。

あくまで“結果”である状態（筋肉に引っ張られた骨がズレた状態。例の砂鉄の不整列）をみるのではなくて、その“結果”を生み出している“原因”、ここでは「生命の働き」そのものをみようとしているわけですね。

AH

「カイロプラクティック哲学」の中に「ユ

ニバーサルインテリジェンス」や「イネイトインテリジェンス」という概念が出てきますが、病気・健康を考える上で本当に追及していくと宇宙・生命観に辿り着いてしまうんですね。

MK

そうですね。本気で追及していくと。今、先生の仰られた「カイロプラクティック哲学」はカイロの施術思想ですね。

AH

そうです。読者の中にはどんな施術をするのか？というところを聞きたい方もおられると思いますが、まず前提として施術思想つまり「どのように生命をみているのか？」が重要です。

具体的な方法というのは「もののミカタ」を土台に出てきますから。

MK

ええ。仰るとおり具体的方法よりもその前に朝倉先生が仰られた「宇宙・生命観」、すなわち「自然とは何か？」「生命とは何か？」という視点、認識、見解・・・つまりこの連載のテーマである“ミカタ”が最も重要なんですね。

では、少しだけ「カイロプラクティック哲学」に触れましょう。

まず、カイロプラクティックでは宇宙（自然）を「インテリジェンス」「フォース」「マター」と3つの形態で考えます。

自然を何気なく観察したとき、整然と自律的に運行されていますでしょう？

これをカイロプラクティック哲学では「ユニバーサルインテリジェンス」すなわち宇宙における先天的な知性・知能が存在するから、と考えます。このインテリジェンスから宇宙にある全ての力、エネルギーとして「ユニバーサルフォース」が流出します。

このフォースが宇宙に存在するすべての物質すなわち「ユニバーサルマター」として顕現する、と考えるわけです。

そして、これと同じことが人体でも起こっていると考えます。

人体では今度は「イネイトインテリジェンス」と呼ばれる生命活動を秩序正しく維持してくれている先天的な知性・知能から、先に朝倉先生が説明して下さったように「イネイトフォース」が“神経の流れ”として流出し、それが「イネイトマター」として“物質の肉体”に表現されていると考えます。

AH

うん。まさに人体とは大宇宙の投影、小宇宙と言えますね。宇宙とまったく同じ原理がこの体にも働いているんだと。

ただ、僕の感覚からすると“インテリジェンス”は知性・知能というより意志・意識という風に捉えています。

MK

まさにその通りです。

ですから、カイロの本当の目的は「インテリジェンスの十全なる表現」となるわけです。したがって「イネイトインテリジェンスの表現を阻害するサブラクセーションを解放すること」がカイロの施術原理になるわけです。これをカイロでは「カイロプラクティック哲学」と称しています。

AH

そうですね、まさにこれは今我々が認識している生命観に非常に近いものですね。ただ、カイロプラクターと言っても様々な考え方やミカタをしています。

現代はどちらかといえば、いわゆる西洋医学的なミカタ（診断）をする傾向があり、カイロ哲学を主体としたミカタ（看方）をするカイロプラクターは少ないですね。なので、そこがまた「カイロって何だ？」と一般の方を混乱させてしまう一因かも知れません。

●プロフィール

朝倉穂高

1978年生まれ、オーストラリア ビクトリア州立ロイヤルメルボルン工科大学健康科学部カイロプラクティック学科（以下：RMIT）卒の国際基準カイロプラクター。

大学卒業後ニューヨークのカイロ・クリニックに2年間インターンとして勤務、帰国後10年間神保町の治療院で診療、現在「予防医術を広めましょう」をスローガンにして、セミナー、講演活動を中心にナチュラルケア水道橋外来センターにて臨床に携わる。

松浦孝一郎

1976年生まれ、同じくRMIT卒の国際基準カイロプラクター。

RMIT入学前は国内の理系大学院に在籍する研究者の卵。カイロの学位を取得してからは、朝倉先生と同じ神保町の治療院に勤務、現在はナチュラルケア水道橋外来センターを中心に我孫子、神保町の3か所で臨床に携わる。



国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア
水道橋外来センター

☎ : 03-5805-0927

●受付時間：午前10:00～13:00/午後15:00～20:00

●土曜・祝日10:00～18:00 ●定休日/日曜

文京区本郷1-4-7 協和ビル5F

<http://naturalcare-chiro.jimdo.com/>

古くて新しい 健康のミカタ

第5回

【前回のテーマは「施術思想の根本」、今回は「命の応答」です。】

AH

では、前回に引き続き生命観についてもう少しお話していただけますか？

MK

そうですね。

まず、現代科学には「生命」の明確な定義というものはありません。

国語辞典（大辞林第三版）によると

せいめい【生命】

①生物を、無生物ではなく生物として存在させる本源。生命を物質の一形態として発生的にとらえる機械論的考え方と、これを実体として見る生氣論的考え方とが伝統的に対立する。いのち。

②ある分野で活動していく上での原動力。活動の根源となるもの。また、その活動期間。

「政治―」「選手―」

③物事存在を支える一番大切なもの。いのち。「信用は銀行の一だ」

とあります。

洋の東西に限らず生命については非常に古くから研究がなされています。

それは現代の科学的手法にもとづく研究ではないのですが、深い洞察と経験・体験から未だ科学では理解できていない目に見えないエネルギーや意識といったものを非常に詳細に捉えていて、その構造、運動性、質、そしてそれらの相互作用についてとても繊細で奥深い研究がなされています。

表現の違い、呼び方や捉え方は様々ですが、そこに共通するのは肉体のほかにわが国でいうところの霊や魂と呼ばれるものの存在を認めている点です。また、むしろそのような目に見えない側面こそ生命の本質であるというミカタをしています。現代では先に挙げた国語辞典の生氣論というミカタでこれを捉えて

います。

AH

そもそも「医」は宗教とともにあったものですからね。

MK

そうです。つまり、生命とは単純な目に見える物質的存在ではなく目に見えない非物質的存在という側面も持つものである、ということです。

AH

「目に見える肉体」を通して「目には見えない命」の変化を読み取って、その変化を促す。変化したいと思っている方向へよりスムーズに変化するためのサポートをしている。これが我々の行って施術の役割なんだと思います。

ちょっと、例えが適切ではないかもしれませんが、ダムを想像してみてください。

川の水の流れは、いつだって自然のまま、あるがままです。そこに自然ではないダムを建築することによって下流域の水をコントロールしています。ただし、コントロールするのは、放流する水の量だけであって、放流後の水は再びあるがまま海へ向かって流れるだけです。

我々も、現代社会で生きていくために様々な環境や条件にあわせてある意味不自然に生きています。すなわちそれが、自然の中に建築されたなダム（不自然）であると言えます。

普段は、一人一人がダムの水量を調整して生活している（規則正しい日常生活）訳ですが、不規則な生活（不摂生）が続いたり、不意に天災によって洪水になったり、日照りが続いて水不足になること（対人関係のもつれや仕事のトラブルなど）もある訳です。この時、自分一人ではどうしても調整ができなくなったとき、我々施術家は、現在の水の量がどうなっているのかを観測し、適切に水が下流域に流せるように、ダムのゲートを閉じたり開いたりするのです。すると水の流れは、再び自然に還るのです。これが自然治癒力であ

り、生命エネルギーと言いかえることができます。

MK

なるほど。そうですね。

「目には見えないものを見、耳には聞こえないものを聴く」ということは我々の施術の根幹をなすものだと思います。また「変化のサポート」というところは大変重要ですね。

我々がこのようなミカタに至った経緯も含めて後ほどお話したいと思います。

さて、現代医学では「バイオフィードバック」ということを言います。

これは通常知覚できない自身の体内情報を科学技術によって判るようにして、これを意識的に制御することを可能にする技術や現象のことです。例をあげると血圧や脈拍など数値として自身の身体の状態を知ること、更なる検査や治療、あるいは休息や運動をおこない自身の状態をコントロールすることです。

なので、我々の場合では「バイオフィードバック」ではなく「ライフフィードバック」と言うと区別し易いのではないのでしょうか。

AH

僕の言葉でいうと「自意識を知りましょう。」ということですね。

MK

うーん。これはとても深い話になりますね。とりあえず、これも後ほど伺いするとして。

実はこの「フィードバック」に対して、逆に「フィードフォワード」というものがあります。先生はお詳しいですね？

AH

ええ、もちろん。

私が普段の臨床で使用しているカイロの治療法（テクニック）の1つであるアクティベータ・メソッドは、まさにこの「フィードフォワード・メカニズム」をもとに人間の生きた生体反応をみながら検査、治療を行っていますから。

MK

うん。面白くなってきましたね。

しかし、そろそろ今回の紙面が尽きてきたので、次回はその「フィードフォワード」についてのご説明からお願いします。

●プロフィール

朝倉穂高

1978年生まれ、オーストラリア ビクトリア州立ロイヤルメルボルン工科大学健康科学部カイロプラクティック学科（以下：RMIT）卒の国際基準カイロプラクター。

大学卒業後ニューヨークのカイロ・クリニックに2年間インターンとして勤務、帰国後10年間神保町の治療院で診療、現在「予防医術を広めましょう」をスローガンにして、セミナー、講演活動を中心にナチュラルケア水道橋外来センターにて臨床に携わる。

松浦孝一郎

1976年生まれ、同じくRMIT卒の国際基準カイロプラクター。

RMIT入学前は国内の理系大学院に在籍する研究者の卵。カイロの学位を取得してからは、朝倉先生と同じ神保町の治療院に勤務、現在はナチュラルケア水道橋外来センターを中心に我孫子、神保町の3か所で臨床に携わる。



国際基準カイロプラクティック

ナチュラルケア

水道橋外来センター

☎ : 03-5805-0927

●受付時間：午前10:00～13:00/午後15:00～20:00

●土曜・祝日10:00～18:00 ●定休日/日曜

文京区本郷1-4-7 協和ビル5F

<http://naturalcare-chiro.jimdo.com/>

古くて新しい 健康のミカタ 第6回

【前回のテーマは「命の応答」、今回は「続・命の応答」です。】

MK

前回途中になってしまいました「フィードフォワード」についてですね。

まず端的に「フィードフォワード」とはなんですか？

AH

端的に言うと、「フィードフォワード」とは「身体外の情報を受信して準備する」ことをそう呼んでるんですよ。

MK

身体の外から来る情報に対して、意識的ではなく無意識的・自動的に身体が準備をする、ということですか？

AH

そうです。

例えば、自分に誰かが近づいてきますよね？それに対して自分では気づかないうちに、実は体が自動的に準備（協調運動）するんです。

敏感な人とか武術の達人だとそれをはっきりと自分で認識ができて、それを「気配」と呼びますね。

野生動物だとこれがある種のコミュニケーションツールになっていたりします。

MK

外部情報に対しての内部情報の変化、つまり無意識に起こる身体の反応。そしてある種感受性の高い人や動物などはこの変化を認識するまでのタイムラグが少なく、すぐ自覚できるといいますね。

脳すなわち顕在意識の認識と身体すなわち潜在意識の認識、この顕在意識と潜在意識のコミュニケーションがキーワードですね。

もう1つ、先ほどから「準備」というワードが出てきますが、ここで言う「準備」とは何を意味しているのでしょうか？

AH

例えば、どこかに旅行に行こうと決めた時、まず行きたい国や観光地などの目的地を決定し

ますよね。そうしたら、次にその決定した目的地に対して調べませんか？

例えばハワイなら、ハワイという土地の気候などの環境が現在そして到着時から旅行中にどうなっているのか？またどのように変化しそうか？を事前に調べます。寒そうなのか？暑そうなのか？雨は降りそうか？などの情報から、それに適切した服装や傘などの携行品といったものを事前に「準備」しておくことで、当日快適な旅行が楽しめますよね。

この例に、先述の身体反応をあてはめると、「①身体外の情報を受信している状態＝旅行について調べたり情報を収集している」、「②身体がその受信した情報に対して適応するための変化しようとしている状態＝旅行の荷造りをしている」と言えるでしょう。

つまり、実際に旅行に出かけた時に準備されたものが適切に活用されている状態というのが、身体においては環境に適応・順応していると言えるのではないのでしょうか？

MK

そうですね。事前に起こるであろう現実、つまり近未来に対していち早くそれに適応しようとする。またはそれを利用して変化（進化）しようとする。

つまり、それによって生きようとする自然な働きですね。

人という野生生物のDNAに組み込まれた先天的な能力、つまり恒常性維持、環境適応能とも言えますね。

しかし、意識的にそれを捉える練習をしていないと、自身の身体が変化したことを自覚するのは難しいでしょう。痛みやコリ、突っ張り感などの違和感等々ならともかく、そういった微妙絶妙な感覚に関しては特に身体感覚を無視しがちなわれわれ現代人には難しいかもしれません。

AH

そう。練習というか慣れですよ。誰でも本来的に備わっているものですから作業としては「思い出す」だけ。「ああ、そういえばそうだったね。」みたいな。(笑)

その思い出す体験を繰り返していけば誰でも自然と認識できるようになるし、実は僕らの施術を受けていてもそうなるんですよ。体

がその本来の能力を取り戻していく。
MK

あ、そうなんですよね。感性が高まる、鋭敏になるというか、定期的に来院される方は特に皆さん良い意味で感覚が鋭くなられるようです。

その結果、なぜか仕事が上手くいくようになったとか、人間関係が改善したとかよくお聞きします。

身体の情報受信能力が高まると同時に、その受信した情報を適切に処理できるようになるというか。

AH
そうですね、基本的に脳には「慣れる」という機能があります。

匂いでも音でも、最初はくさかったり、うるさかったりしても、しばらくその場にいると慣れて気にならなくなりますよね。

そういった意味では、我々の日常生活で体感している目に見えない情報も慣れ過ぎてしまうと、それが当たり前のようにになります。

MK
「慣れ」というのは大変重要なポイントで

すね。もちろん必要不可欠な脳の機能なんです。

情報は受信しているはずなのに、認識できない。意識しなくなる。

AH
そう。

身体で言えば、単純に関節の可動域（筋肉の硬さ）なんかも、普段動かしている範囲でしか使用してなければ、それ以上の動きができなくなるでしょ？

でも、一度でもその動きを超えた動きを経験すると「まだいける」となるように、感性が高められていくとパフォーマンスが上がり、結果能力開発にもつながる訳です。

MK
心身の感性を高めることで、自然と他の様々な能力も高まっていく。

AH
そうです。

ですから、我々の目指す施術は単なる、痛みや病気のコントロールではなく、実は“そこを開発する”ことなんです。

●プロフィール

朝倉徳高

1978年生まれ、オーストラリア ビクトリア州立ロイヤルメルボルン工科大学健康科学部カイロプラクティック学科（以下：RMIT）卒の国際基準カイロプラクター。

大学卒業後ニューヨークのカイロ・クリニックに2年間インターンとして勤務、帰国後10年間神保町の治療院で診療、現在「予防医療を広めましょう」をスローガンにして、セミナー、講演活動を中心にナチュラルケア水道橋外来センターにて臨床に携わる。

松浦孝一郎

1976年生まれ、同じくRMIT卒の国際基準カイロプラクター。

RMIT入学前は国内の理系大学院に在籍する研究者の卵。カイロの学位を取得してからは、朝倉先生と同じ神保町の治療院に勤務、現在はナチュラルケア水道橋外来センターを中心に我孫子、神保町の3か所で臨床に携わる。



国際基準カイロプラクティック
ナチュラルケア
水道橋外来センター

☎ : 03-5805-0927

●受付時間：午前10:00～13:00/午後15:00～20:00

●土曜・祝日10:00～18:00 ●定休日/日曜

文京区本郷1-4-7 協和ビル5F

<http://naturalcare-chiro.jimdo.com/>



古くて新しい

健康のミカタ

第7回

【前回のテーマは「続・命の応答」、今回は「続々・命の応答」です。】

MK

前回、朝倉先生から我々の目指す施術は単なる痛みや病気のコントロールではなく“心身の感性を高めることで、人の持つ様々な能力を開発することである”というお話を頂きました。

AH

ええ。「目覚めさせる」という意味なので“再開発”でしょうか。(笑)

例えば、音域の話に置き換えてみましょう。

モスキート音ってご存知ですかね？蚊が嫌う音なんですけど、とても超高周波（17キロHz）の音域で通常成人以上の大人には聞き取れない音域なんですけど、子供はまだ聴覚が退化していないので聞き取れちゃうんです。とても「キーンっ」とした不快な音なんですよ。

犬なんかとても聴覚や嗅覚が発達しているので、人間では聞き取れない音や匂いを嗅ぎ取れるように、本来は聞こえない音でも、「いまここ」にそれらの知覚できない膨大な情報が溢れています。

しかしながら、人間が受信できる領域はその僅かな幅しかないということです（個人差があります）。

これらの膨大な情報はもれなく我々の身体は受信していて、その情報の大小に関わらず必ず身体は応答しています。先の例でいうと、意識上では聞き取れていなくても、ちゃんと聞こえない音を聞き取って体はきちんとその情報に対して応答しているということです。

ですから、CD音源とライブ音源では臨場感が違うでしょ？CD音源は意図的に聞き取れない音域はカットされてますからね。アナログレコードはその点全ての音域が残さず収

録されていて臨場感あふれる音になりますから、音に敏感な方はアナログレコードで、しかもスピーカーにもこだわりますよね。僕みたいに鈍感ならどんな音でもいいんですけど・・・(笑)

つまり、日常的に我々は膨大な情報の海の中に居て、常にその膨大な情報に応答し続けている訳です。これがフィードフォワードでいうところの準備と応答です。

MK

なるほど、それは分かりやすいですね。

以前お話頂いた磁石と砂鉄の例を思い出します。身体外の情報を磁場、身体内の情報を砂鉄とすると、立体的に様々な方向からこれまた様々な磁場が時々刻々間断なく砂鉄に作用することで、砂鉄は複雑な模様をどんどん描いていきます。

特に人間は立体ですから時々刻々グネグネ変化していく“磁性流体”をイメージすると良いかもしれません。

AH

アクティベータ・メソッドでは「アイソレーションテスト」というものを行います。

それは手を挙げたり、顔を横に向けるとかの単純な姿勢を取る動作を行ってもらいますが、本来はその動作・姿勢をとるためにはそもそも背骨が先に働いて、その動作や姿勢に対する準備をするんですよ・・・その動作や姿勢を担う筋肉を、支えるための「構え」っていうのかな？テントやトランポリンをイメージすると分かりやすいかも。

たとえば「空から女の子が降って来て」も、その娘を受け止める構えが出来てないとダメでしょ？(笑)

MK

なるほど。(笑)確かに準備は必要ですね。全力で「構え」ていないと受け止められないです。(笑)

例えば“手を挙げる”という動作・姿勢を取る時に、その姿勢や動作に関係ないような

身体他の部分、たとえば足なんかも同時に動いていて、その“手を挙げる”という姿勢や動作を助けているということですね？

たとえ手を動かすような小さな動きでも、自分ではわからないけど実は全身が動いている。

AH

まさに、そういうことです。

特に背骨は人体の構造的な中心ですから、実は指先1つ動かしてもその情報に対し応答します。

たとえば、ケガ・・・そうですね・・・

あ、そうだ。突き指や骨折をして指一本不自由になっただけで体の使い勝手が悪くなった経験ってありませんか？

MK

あ、あります。指先の小さな傷のために肩とか首とかこったり張ったりしたことがあります。

AH

そうでしょ。

「フィードフォワード」が正常に働いて

いないと、その準備が整ってない為どこか別のところで無理矢理にそれを支える“準備”を作り出さないと（代償性）その動作や姿勢、つまり自分自身を支えられないから全身の協調性を損なってしまうんです。

その結果、局所的な筋肉の緊張が起って、背骨や骨盤が引っ張られ脚の長さに差が生じたりとか、実は僕は“その瞬間”をみてるんです。

それを世間では骨盤のゆがみとか骨のズレとかと呼んでいるんだと思いますね。結果をね。

MK

つまり、肩こりや張りなどの症状や病気そのものというのは“その瞬間”“その時”に意味のあること、必要なことなんですね。変な言い方ですけど。（笑）

我々自意識からすると無意識的な反応だと考えてしまう「痛み」や「違和感」などは、実は身体（命）がきちんと応答をしているということなんですね。

●プロフィール

朝倉穂高

1978年生まれ、オーストラリア ビクトリア州立ロイヤルメルボルン工科大学健康科学部カイロプラクティック学科（以下：RMIT）卒の国際基準カイロプラクター。

大学卒業後ニューヨークのカイロ・クリニックに2年間インターンとして勤務、帰国後10年間神保町の治療院で診療、現在「予防医術を広めましょう」をスローガンにして、セミナー、講演活動を中心にナチュラルケア水道橋外来センターにて臨床に携わる。

松浦孝一郎

1976年生まれ、同じくRMIT卒の国際基準カイロプラクター。

RMIT入学前は国内の理系大学院に在籍する研究者の卵。カイロの学位を取得してからは、朝倉先生と同じ神保町の治療院に勤務、現在はナチュラルケア水道橋外来センターを中心に我孫子、神保町の3か所で臨床に携わる。



国際基準カイロプラクティック

ナチュラルケア

水道橋外来センター

☎ : 03-5805-0927

●受付時間：午前10:00～13:00/午後15:00～20:00

●土曜・祝日10:00～18:00 ●定休日/日曜

文京区本郷1-4-7 協和ビル5F

<http://naturalcare-chiro.jimdo.com/>