



小諸経絡治療院

塩川昭彦さん

|| 小原 ||

いわゆる西洋医学の進歩には目を見張るものがあるが、中国から伝わった鍼灸による経絡治療は、古来ほぼ変わらぬ治療法により多くの人の痛みに寄り添って来た。この小諸で伝統ある経絡治療を広めたいと治療院を開業し、三十年以上もその道を歩んできたのが、塩川昭彦さんだ。



日々の生活習慣の中で人の体は時々悲鳴をあげるが、その叫びはいつも大きいとは限らない。だから灸を据え、鍼を施すことはもちろんだが、彼はまず患者の話に静かに耳を傾け、また手指で触診しながらその体が発するSOSをキャッチする。

と「聴く」あるいは「感じる」能力が高まった要因とも言えるかも知れない。現代社会では、あらゆる情報が電子化され、人々がスマホやパソコンに向かう時間が圧倒的に長くなり、また利便性や時短を求めるあまりに失われてしまった食事のリズムや偏食の習慣が、これまでに見られなかった症状を顕在化させている。若い世代に広く見られる眼精疲労やテクノ症候群、睡眠障害、また大腸性過敏や慢性便秘などの消化器系統の疾患などがそれだ。

鍼灸で施術するツボというものは、そもそも病気になるまで出現し、常に出っぱなしではないそうだ。不調を来すとコリが現れ、体内の機能が低下すると触って分かるようになる。痛みも感覚もツボの出現も私たちの体の声なき声のようなものだ。長年通い慣れた世代には、鍼灸によって得られる痛みの軽減や回復の喜びは身近なものであるが、鍼灸のことをよく知らない世代や未知の人々にとっては、「痛くないのか、熱くないのか」との不安がある。実際は鍼の施術の際に痛みはほとんどないし、灸の熱さも慣れると気持ちのいいものだ。

患者さんから「先生の所に通うようになってからよく眠れるようになった」、「歩くのが楽になった」、「もっと早く診てもらえばよかった」といった感想を聞かされることは何よりの励みになる。励みと言えば、「走る」ことも彼には大きな達成感をもたらしてくれる。実は市民ランナーとしてB3（ブラインドマラソン）に出場し、2014年から2018年まで一位を獲得し続けたほどのランナーだ。夢は体育教師だったという塩川さんにとって、視覚障がいを負いながら一人で走ることは危険も伴うが、それ以上で走ることで目標に挑戦し、達成することで得られる喜びが勝るようだ。



以前は毎日10km程走り、週一回は必ずフルマラソンの距離を走破、それをなんと63週間も続けたというのだから驚異的だ。月間で走った距離が400kmに及び、さすがに膝を痛めてしまった。しかもその時も患部に自ら灸を据え、鍼を施して治したというのだからもはや他人の出る幕はない。鍼灸の効能は限界に挑戦し続けた彼自身によって実証済み！という訳だ。

コロナウィルスの感染拡大により多くのマラソン大会が中止や延期になり、また膝を痛めて以来走ることに意味合いも次第に変わり始めた。そんな中、人生で初めて夫人の美津子さんと共にトレイルランに参加した。苦しみも喜びも夫婦で分かち合い、独りで走っていた時とは違う充実感を味わった。

現代人の痛みを和らげる鍼灸師は、近頃は自分の体も少しはいたわりながら、今日も自身のゴールに向かって走り続けている…。

(取材・文 たかがきしげお)

ゆらさんの四季の薬膳

春一番は貝類に注目

春は名をみの 風の寒さよ

「早春賦」の世界だった2月が終わり、いよいよ本格的春への幕が開きます。

ひな祭りといえ、ハマグリ。なぜ？と思いませんか。実はハマグリは栄養が最も蓄えられるのが産卵期の3月から4月で、旨味成分はアサリやシジミよりも多いのです。薬膳の効能としては、体内の水分調整をし、血の巡りをよくしてくれる。冬縮こまっていたからだの外へと開かれていく春に理想的な貝といえます。春注目してほしいのはハマグリだけではなく、シジミに含まれる鉄分は、牛や豚のレバーに匹敵しますし、何よりアミノ酸スコアが100と、良質なアミノ酸の宝庫。からだの熱を冷まし、余分な水分や老廃物を排出してくれるだけでなく、春に多い眼精疲労にも効果が。

さて、アサリですが、産卵期の春先が旬で、一番美味しいとき。むくみや情緒不安、怒りっぽいときにおススメ。

