

セラピー系整体とヘルス系整体及びストレッチ系整体

1980～90年代は、バブルと同時にアメリカのカイロプラクティックも盛んな療法となり、街角にカイロプラクティックの看板が目立つようになっていた。カイロプラクティックの学校も相次いで開設され、言い換えればカイロプラクティックのブームとなっていた。しかし、バブルの崩壊とともにカイロプラクティックの存在感も薄くなってきた。今は同じ系統である米国のオステオパシーやカイロプラクティックよりも社会的に市民権を獲得しているのはもはや整体術だと言っても過言ではない。しかし、言葉上では「整体」言っても、その技術的内容は千差万別であり、整体の定義や流派の枠内に入り込めないものが多い。

施術院の看板はどうであれ、その技術的レベルは次の三系統に分別できる。尚、この分類は整体だけではなく、カイロプラクティックおよびオステオパシーにも当てはまる。

- 1) セラピー系整体
- 2) ヘルス系整体（いわゆる癒し系整体）
- 3) 体操およびストレッチ系整体

1) セラピー系整体というのは、その名のとおり、セラピー(治療)を目的とし、またその技術内容は按摩マッサージ指圧とは全く別のものであり、骨格関節のユガミを起因とする疾患の手当を行うことで、身体機能不調の改善と予防を目的とする。施術時間も短時間で行われ、時間制の施術は一切行わない。

2) ヘルス系の整体というのは、骨格関節の変位よりも、マッサージ的な技術を主体とし、時間制で施術をする。マッサージの国家資格を持たずに、要するに無資格でマッサージ行為を行うものである。リラクゼーション整体、リンパ整体、経絡整体などの看板を用いられることが多い。

3) 近年、筋や腱の操作及びストレッチを主体とした体操整体とか、ストレッチ整体などの名称を用いるところである。体操やストレッチは、元々各種スポーツの練習前後に行われるもので、準備運動や筋の疲労回復のために用いられる。見た目では、ストレッチなどの動作で姿勢の歪みを調整しても、骨格関節の変位(ユガミ)の根本的な改善には至らない。

さて、セラピー系とヘルス系及びストレッチ系、果たしてどちらか本来の整体であろうか？

この問題を理解するには、先ず整体の本来の定義を見てから考えてみよう。

● 整体の定義

整体術とは、一切の器具や投薬に頼らず、手技を用いて、身体表面より、骨格関節筋腱の構造の異常を発見し、被術者の体型、体格、体質および年齢や性別、生活環境などに応じて、適切活適当な手技を用いて、主に脊柱矯正、関節、筋腱に対して屈伸などの運動手技を行う。さらに、経絡経穴およびその他の運動点等に対する適当な刺激操作を与え、生体反応と人体の恒常性を呼び起こすことによって、体内の自生力を高め、身体の本来的、自然的な正しい姿勢や骨格構造機能を正常な生理状態に保持させることができる。整体とはこのように生活現象を調整し、健康管理と疾病を予防目的として行う健康法(自然療法)である。.....たにぐち書店発刊・「整体概論」より

整体の上記の定義は、日本武道医学会で50年以上前から定義づけられた整体の本来の定義である。それは江戸時代から整体の母体である日本柔術の各派に伝わってきた活殺自在の思想に基づいて研究されたもので、近年使われているような単純な癒し系整体とは比較にならないセラピー効果の高い膨大な内容からなっている。

本来、整体の目的は、**極めて短時間で最大のセラピー効果を得る**ものである。ヘルス系整体とは違い、決して時間制で施術を行うものではなく、また、快楽を得るためのものでもなく、セラピー(治療)を目的とする分野である。本来、数多くの施術法を受けてみて、症状が改善されない場合、最終的に整体院に行きつく。

それではなぜ、ヘルス系(癒し系)整体と言われるようになったか。ここではさらに考えて見よう。

日本には按摩・マッサージ・指圧という国家資格ある。本来、按摩とマッサージおよび指圧は技術的な手法が違うが、法律的に、同類の施術法とされ、全身を独特な手法で揉みほぐすのはその目的である。お金さえ払えば、時間も延期できるので、言い換えれば気持ち良くなるために時間を延期して施術してもらうのである。しかし、その反面、下手な施術で長時間筋肉を揉むと、後からモミ返しや筋線維の損傷および酷い場合は圧迫による骨折の障害も起こるもので、しばしば社会的な問題になっている。当然、国家資格を取得せずに、按摩マッサージおよび指圧を行えば、それは法律違反になって罰せられることになる。

そこで法律の穴を埋めるためには、按摩マッサージおよび指圧の名前を使わずに、整体の名称で我流のもみ技術を行ういわゆるヘルス系の整体院が増えてきたわけである。無論その背景には、我流のもみ技術で我流の整体学校を開設している側の責任もある。また、面白半分、視聴率を上げるにはヘルス系等の整体の特集を組むマスコミの責任もある。

ちなみに、整体の定義にもあるように、筋、腱、経絡等の操作法は整体療法の中に含

まれており、本来、骨格関節の調整を行ってから施術の対象になる。関節の変位を引き起こすのは関節内にある深部靭帯の急激な変動によるものであると、アメリカのオステオパシー医学会では解明されている。関節のユガミによって、二次的に筋の位置にも転位が起こることがある。関節がゆがんだまま筋系にストレッチなどの動作を行うと、関節内部の変位が根本的に改善されない。

本来、整体の技術は、決して短期間の講習会で取得できるものではない。また、正規の学科カリキュラムを卒業してからも、長期にわたって、様々な卒業後教育講習会に出席し、日々技術の向上と研究に努力しなければならない。

結論として、ただ単に気持ちが良いようになるために、フェイクのヘルス系整体を受けるよりも、まともな国家資格を持つ按摩・マッサージ・指圧の施術院で正当なモミ施術を受けた方が良い。様々な療法を受けてみて、症状が改善されない場合は、セラピー系整体院に相談してみた方が良い。

ヘルス系整体とセラピー系の本来の整体の見分け方というのは、至って簡単である。セラピー系整体院は決して時間制で施術を行わない。またその施術時間は諸検査にかかる時間を別として、わずか15分程度である。

ヘルス系整体の中には整体サロンと称して、着替えの際、女性の患者には下着まで脱ぐように指示するサロンもあるので注意しなければならない。ちなみに、臨床経験の豊富なセラピー系の整体院であれば、着替えさせなくても衣服の上から身体の不調や骨格の変位の診断や施術を行うことができる。

施術者の経歴も参考になる。どのような学校でどの学部を学んだか？また卒業してからはどの団体に所属しているかどうか？過去に所属していても何らかの問題で退会した施術者も要注意である。さらに、いろいろな団体を渡り歩いているような施術者、また短期間で終了した多くの修了書を自慢げにHP等で公開しているところにも注意しなければならない。

**社団法人日本武道医学会及び日本武道医学専門学院は、
セラピー系施術院を育成、応援、サポートします！**

社団法人日本武道医学会/日本武道医学専門学院 広報部

【この記事内容の、無断コピー、複写、書物などへの転載記載をお断りします】