

ストレス半減メソッド 神の手オンライン講座

2020.5.24



講師 PCC 治療家塾 花谷博幸

オンライン講座受講の注意点

- ◆ペアパートナーが施術する時間はとりませんので攻守交替はなしで進めます。
- ◆座学時間中(前半 30-60 分)は、ペアパートナーは不在で構いません。
- ◆レジュメは講義前にメールで届きます。講義時間はカラープリントにし紙の状態を受講してください。
- ◆受講生側の ZOOM の取り扱いにより音が聞こえない等で受講できない場合の返金や電話サポートは致しません。事前に ZOOM 解説ページをご覧ください。
- ◆PC に送られた視聴アドレスをスマホに転送してクリックすると、PC とスマホ両方で観ることが可能ですので自宅+スマホで視聴することが可能です。しかし同時に複数媒体で観るとハウリングするのでどちらかで観ることを勧めます。講義は PC、実技はスマホで観ることも可能です。家族の wifi 利用もハウリングの原因になります。
- ◆オンライン講座のデメリットである、講師やパートナーさんからの施術感覚を体感できないことを理解してお申し込みください。
- ◆オンラインだからできる視覚優位の学習を体感ください。
- ◆自分の実技を公開花谷チェックしてほしい方は、スマホを以下のように自分の右肩越しに配置設定する準備をできるようにしておいてください。(1-2 名のみ花谷が当日選びます。参加者全員に公開になります)



本日のオンライン講座スケジュール

- ◆前半座学～休憩～後半実技～質疑応答～講座感想
オンライン講座はリラックスして自宅で受講できる半面、画面をずっと見ている疲れが出るものです。途中の休憩時間には、会場のカメラ設定も行われる都合もあり、休憩時間を取ります事ご了承ください。
- ◆講義中の質問はチャットから送信してください。休憩時間を中心に講師が確認し回答していきます。講義後の質問は事務局へ。有用な質問に関しては花谷ブログにて回答していきます。個別の質問回答は致しません。
- ◆セミナー講座は 12:30 に終了する予定ですが、時間が少し延長する場合があります。

1. ストレスの特徴的所見

ストレスは見えない力

寝ている時にリミッターが外れるほどの力 歯を割るほど

斜角筋(中斜角筋、後斜角筋、腕神経叢、胸鎖乳突筋)

歯ぎしり、噛み癖、食いしばり 咬筋、側頭筋⇒小顔

いい人星人、真面目、神経質、コロナ恐怖症



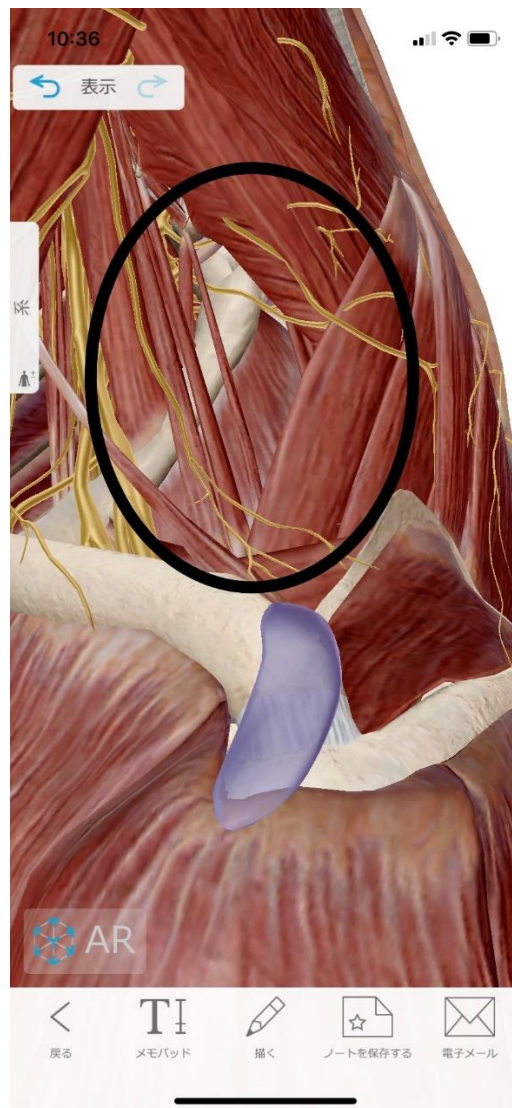
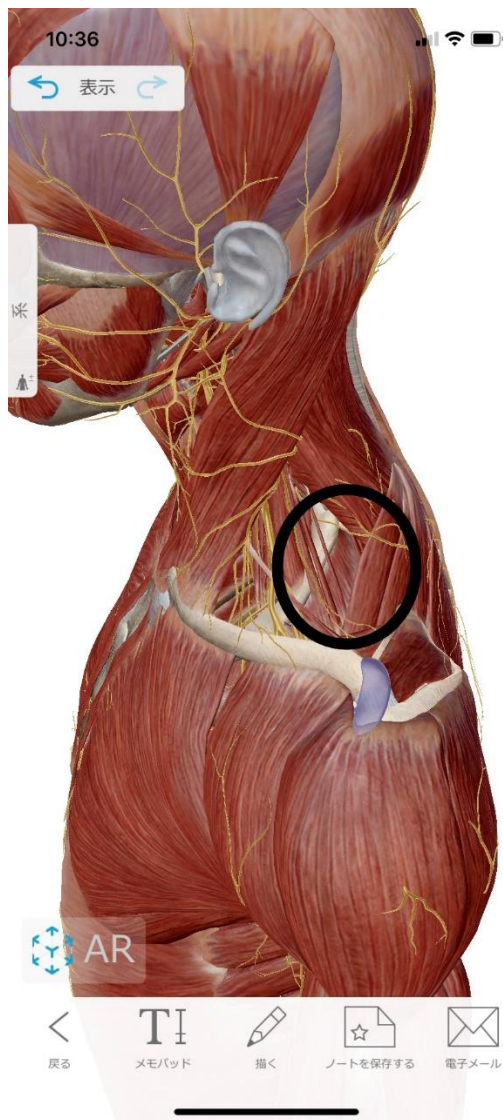
口内的な特徴



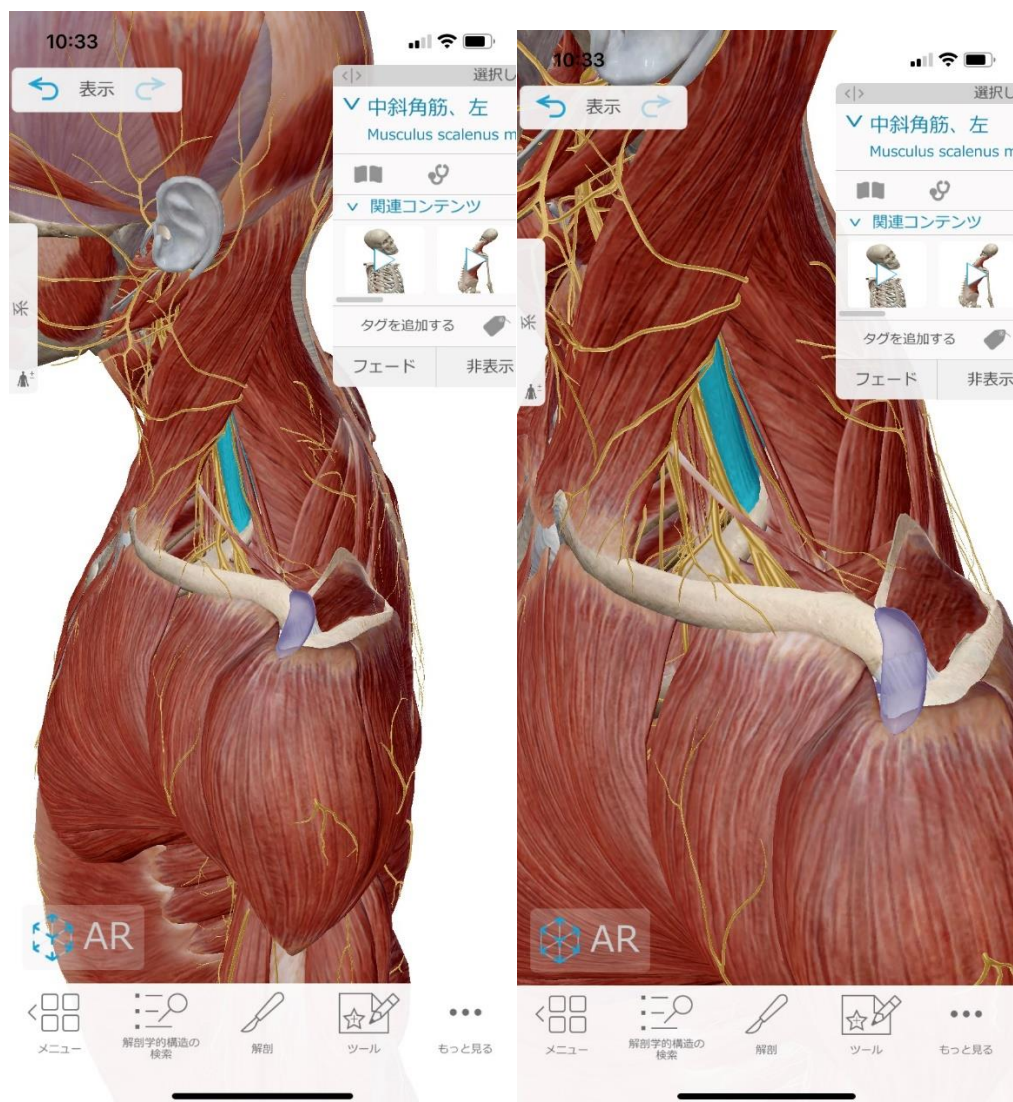
漢方では水毒証として水分が体内に多いとされる

2、解剖

斜角筋



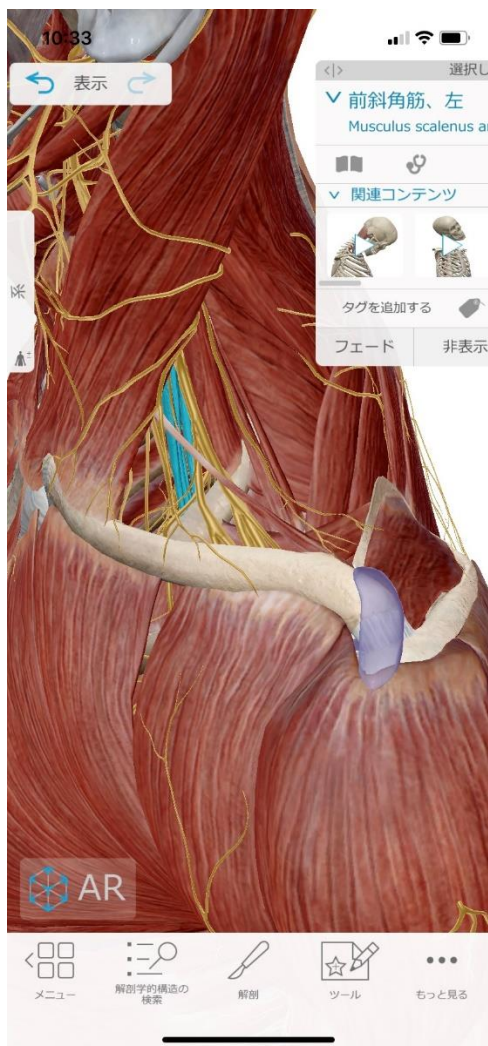
中斜角筋



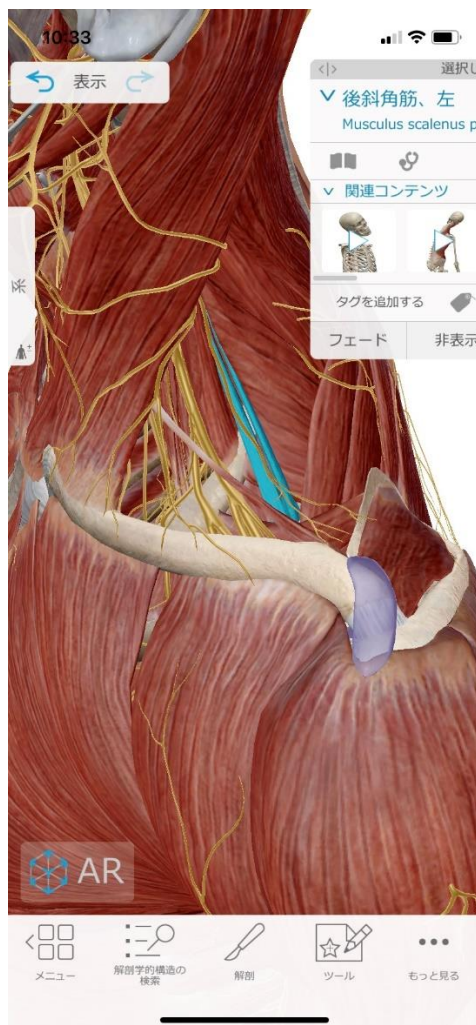
肩甲骨を挙げるのは肩甲挙筋

肋骨を挙げるのは？

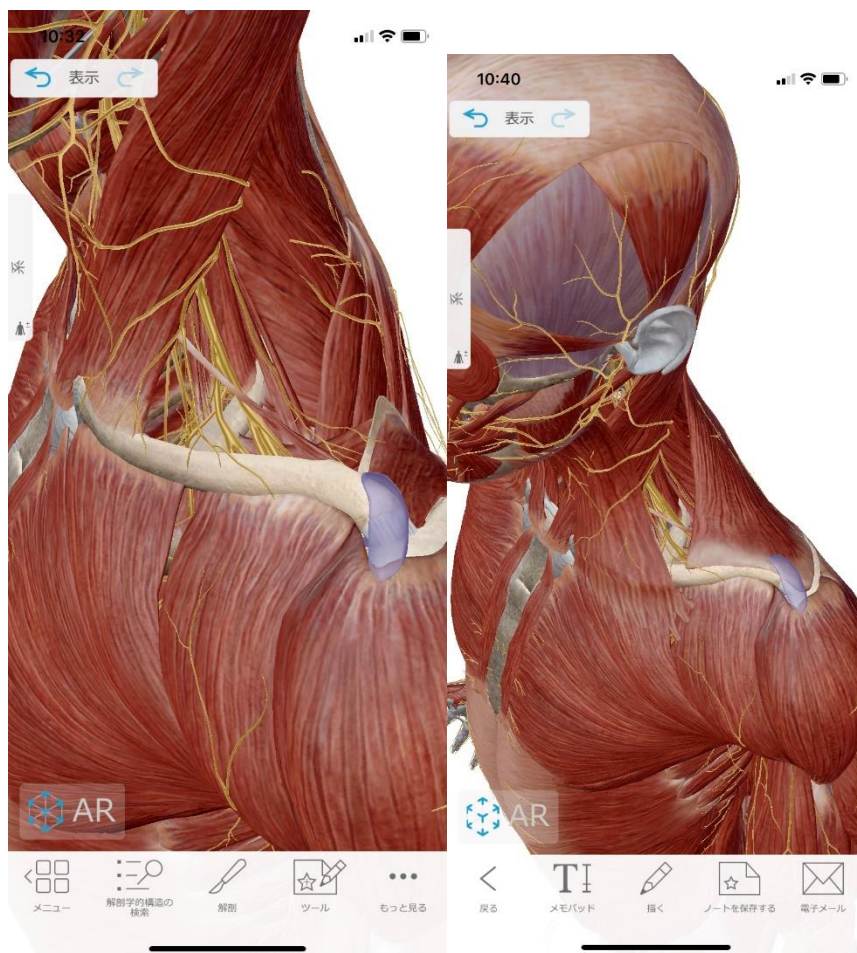
前斜角筋



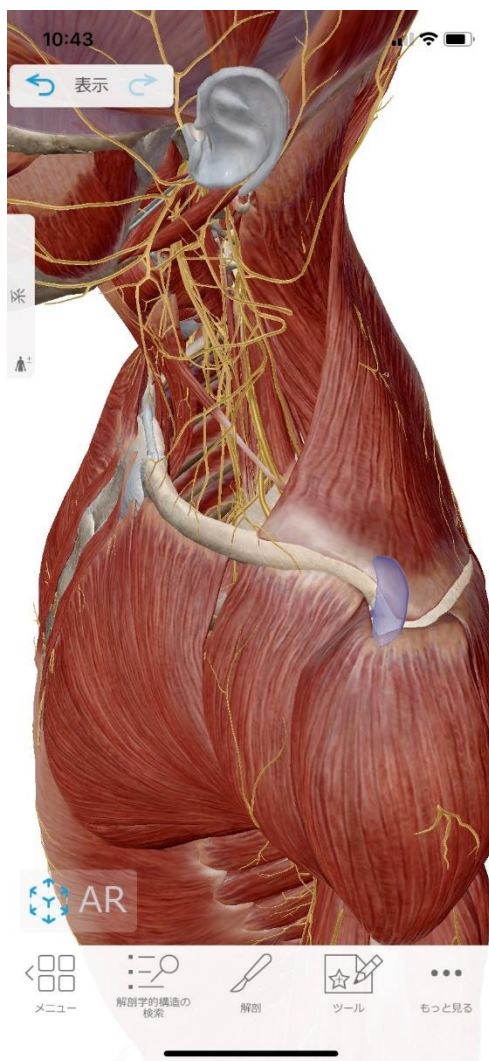
後斜角筋



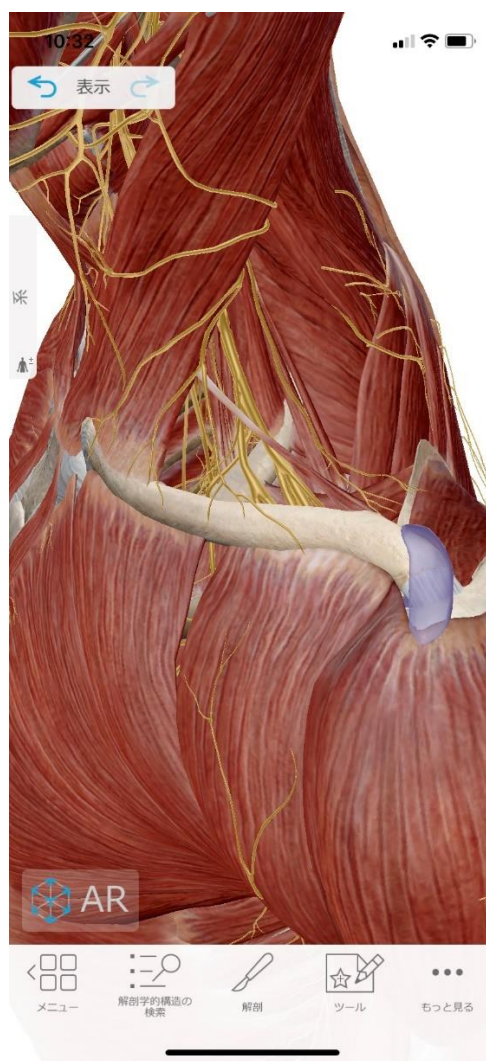
腕神経叢



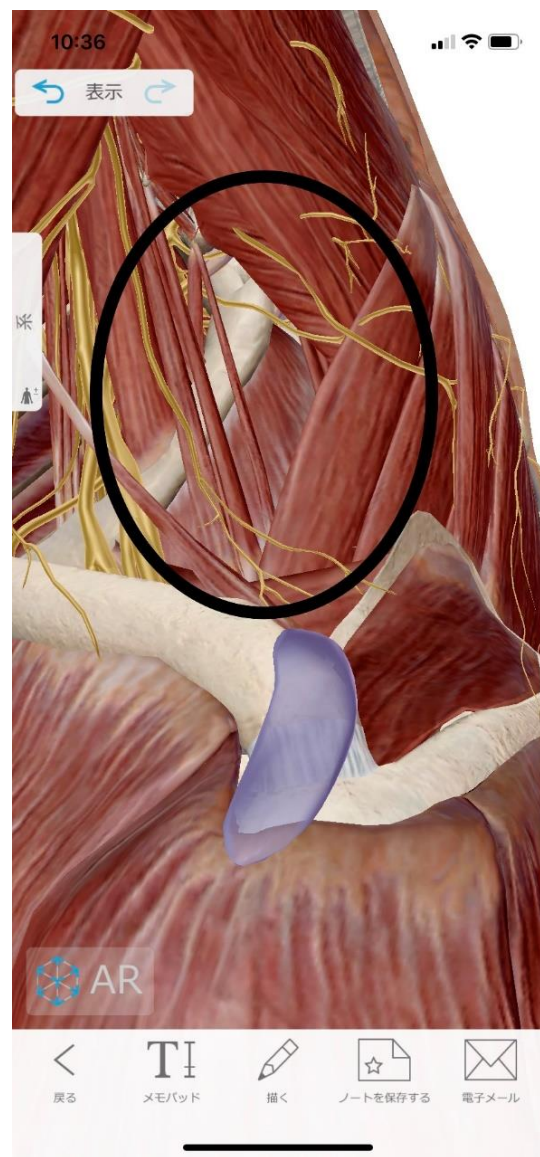
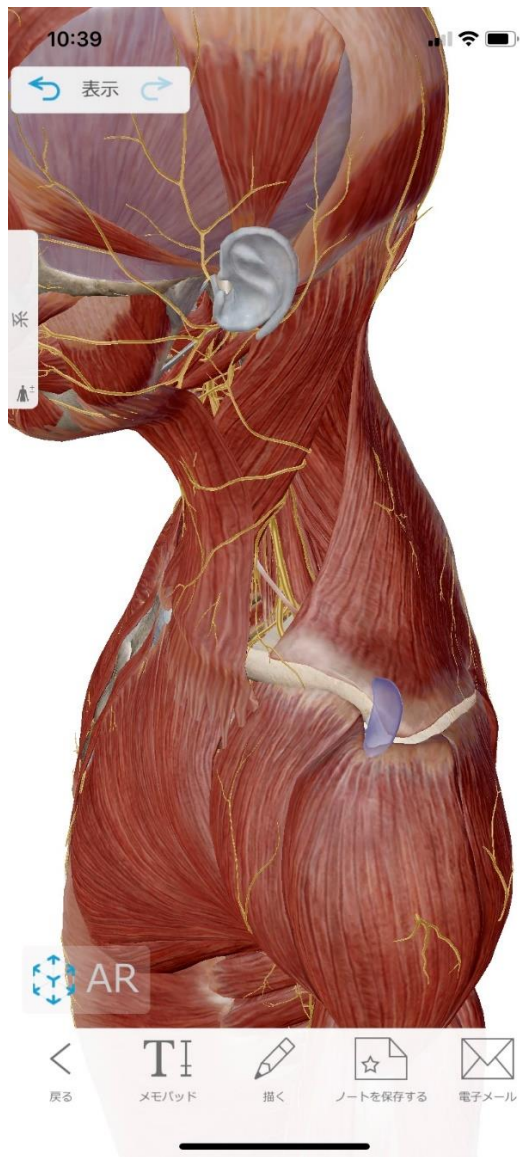
胸鎖乳突筋なし解剖図



僧帽筋なし解剖図



標準 位置確認用 解剖図



3、タッチ

D タッチ

(皮膚タッチで触れ、押し、止める、そしてゆっくり離す)

大きな筋肉で押す

(指は動かさず、上体腹筋の力を使って押す、添えている指から分けて離す)

指の形

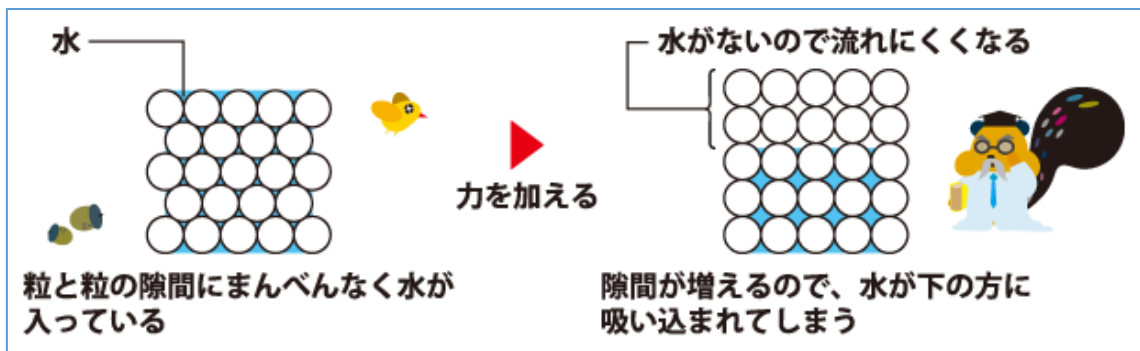


コリを取るって？

筋肉を弛めるとは？

ダイランシーの原理 Dilatancy

ダイラタント流体は一般に液体と固体の粉末^{粒子}の混合物である。この流体に外力が加えられて、圧縮されて粒子の隙間がなくなった状態でさらに大きな剪断応力が働くと、粒子が最も密度が高い充填状態とは異なる体積が増す位置に無理やり動かされようとするに対して強い抵抗を示す。外力(圧縮力)と拮抗する内部抵抗力(体積変化=膨張、に伴う力=ダイランシー)が生じると、全体として剪断応力に対してまるで固体のような抵抗を示す状態に移行する。しかし外力を加えるのを止めてしまえば粒子の隙間が広がって圧縮力と対向する力がともに働かなくなり元の液体の状態に戻る現象。



D マッサージの方法

1. 4分割タッチで触れる 皮膚-肉-皮膚-肉
2. 深度5/5の位置を確認
3. 4/5 で静止
4. ゆっくり離す

4、実技

肘、指、目線、相手の呼吸、相手の感覚

押す痛みの感覚が深い痛みと快感であること ⇒快痛

腕神経叢の圧力を下げることが目的

腕への影響 頸椎ヘルニア、斜角筋症候群、自律神経

力の方向(指の形、力の合成)

慢性患者は強くではなく深く

「あーーーーっ」という深い快痛感覚が手技のゴール

上体、腹筋で軽く押す感覚(遠位の筋肉利用)

意識 センター、weights is underside



〈実演時間〉

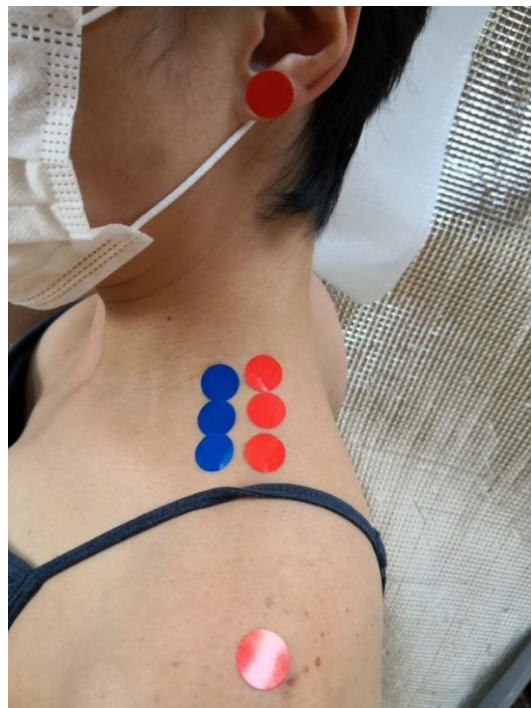
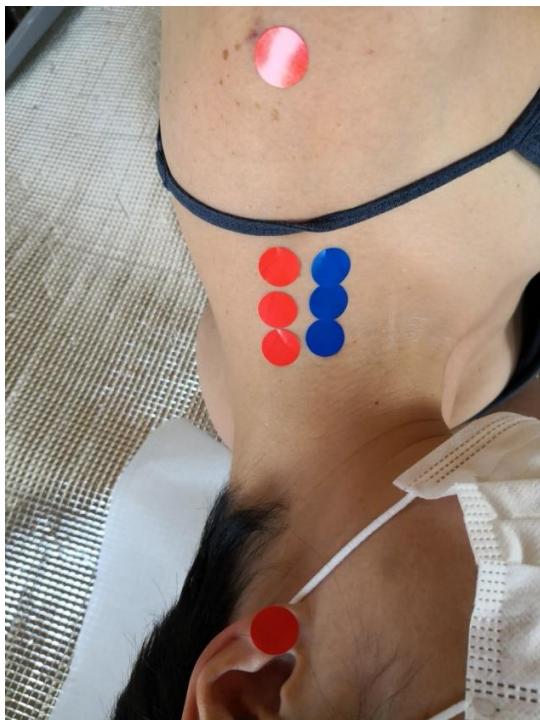
セルフ治療をまずしてみよう(感覚理解)

痛みを取るには

痛みは圧力

- 1、 立体構造によるバランス調整
- 2、 関節アライメント異常による過労除去
- 3、 メンタルケア

基本ポジション



反転図

5、活用法

片側のみ行うことで効果倍増

座位、仰臥位、伏臥位でできる

コロナストレス

ストレス緩和コース

ストレス解消オプション(うどん屋さん方式)

キャバクラ活用 10秒緩和

座位でも同じことが可能

電気機器の使い方 映像



〈効用〉

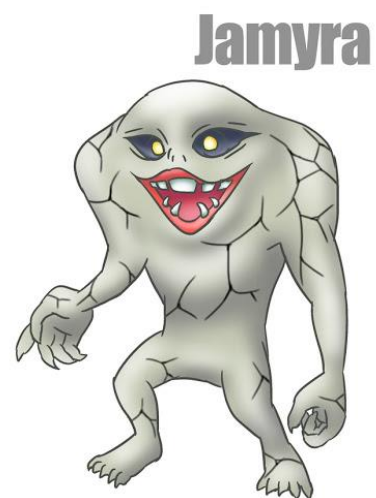
呼吸改善

肩こり

睡眠障害

緊張生活の緩和

肩の引き上げ姿勢



セミナー後のお知らせ

○感想文をメールで提出

講座収録映像をプレゼント（約60日間視聴可能）

初めて受けたオンライン講座の感想

治療現場での患者さんの声と感想

○講義中に回答しきれなかった質問等は有用性を選別して花谷ブログにて回答していきます。個別の質問には回答できません。

<<セミナー参加条件>>

- 家族、スタッフとの2名ペア参加であること（一人不可、治療家仲間同士も不可）
- ベッド、枕、ペアパートナーは半袖の服の用意。自宅布団と枕でも可。
- PCで視聴するだけならWEBカメラ不要です。自分の実技を公開チェック希望する方はスマホでの設置用意が必要になります
- 爪を切っておくこと（深爪気味がよい）
- Zoomでセミナー受講したことある方（5/23初受講者はOK）
- 当日受講生側の都合で受講できない場合は、録画データはご提供できますが、その他のサービス（質問、返金等）は全て受け付けないことをご了承ください。
- セミナー3日以内に本講座の感想メールと現場の感想をメールで送付することができる。（録画データをプレゼント）

*二人で受講できることでスタッフ研修効果、家族の治療理解が深まります。

感想文をメールで提出してください

初めて受けたオンライン講座の感想

治療現場での患者さんの声と感想

メール送付先

saito@e-pcc.jp

斎藤照子宛

本日はお時間を頂きありがとうございます。

次回はナマで会いましょう!!!

講師 花谷博幸

参考図書「筋と骨格の触診術の基本」藤縄理氏