



はじめの一歩通信

発行・編集 一鍼灸院 三重県名張市丸之内 29-1

ホームページ▶▶▶



馬への憧れから鍼灸師へ～家族（ペット）と繋がるツボケア～

今年は午年。馬は俊敏さ・行動力・情熱の象徴であり、物事が「うまくいく」と言われる縁起の良い動物です。私が馬と運命的な出会いを果たしたのも、24年前の午年のことでした。当時、私はオーストラリアで競走馬の調教に従事していました。そこで目の当たりにしたのが、アスリートである競走馬たちに対する「鍼灸治療」の力です。

◆ 競走馬の世界で見た「鍼灸の力」

鍛え抜かれたサラブレッドたちは、まさに生きた芸術品です。しかし、その強靭な肉体も、激しいトレーニングやレースの負担によって、時には故障を抱えてしまいます。そんな馬たちの治療に鍼灸が用いられる光景は、私に大きな衝撃を与えました。言葉を話せない彼らが、鍼を打たれることで痛みが和らぎ、張っていた筋肉がみるみる緩んでいく。そして表情までが穏やかになっていく姿は、今も忘れられない光景です。「自分の手で、痛みや不調に苦しむ命を救いたい」。その感動と決意が私を鍼灸の道へと導いてくれました。馬との出会いは、私の鍼灸師としての原点なのです。

◆ 現代社会とペットの健康

馬に限らず、私たちの身近な家族である犬や猫たちも、現代社会では様々なストレスや不調を抱えています。高齢化による関節痛、アトピーなどの皮膚疾患、消化器の不調、そして人間と同様に自律神経の乱れに悩む子も少くありません。

ワンちゃん・ネコちゃんへの「癒やしのタッチ」

動物ケアの鉄則は、リラックス中に行うことと「無理強いしない」ことです。

犬

【信頼を深めるマッサージ】

触り方：手のひら全体で包み込み、ツボは指の腹でゆっくり円を描くように。小型犬は触れるだけで十分です。ポイント：ワンちゃんは飼い主の緊張を察知します。まずは飼い主自身がリラックスして接することが、最大の治療効果になります。



万能のツボ 合谷（ごうこく）

場所：前足の親指と人差し指の付け根。

効果：痛み、ストレス、胃腸の不調など全身のケアに。



猫

【気まぐれに合わせた繊細ケア】

触り方：「押す」のではなく、毛並みに沿って優しく撫でる延長で刺激します。顔周りや耳の付け根がおすすめです。ポイント：「引き際」が肝心です。尻尾をバタバタさせたら「もう十分」のサイン。短時間の心地よい体験を積み重ね、信頼を築きましょう。



リラックスのツボ 百会（ひゃくえ）

場所：頭のてっぺん、左右の耳を結んだ線の中心。

効果：興奮を鎮め、自律神経のバランスを整えます。



胃腸のツボ 足三里（さんり）

場所：後ろ足の膝の下、外側のくぼみ。

効果：食欲不振や消化不良の改善、足腰を丈夫にする助けに。



腰のツボ 環跳（かんちょう）

場所：後ろ足の付け根、一番大きなくぼみ。

効果：腰痛の緩和や、足の動きをスムーズにする。



馬と私

幼い頃から動物に囲まれて暮らし、馬に憧れて、22歳で渡豪し、競走馬の世界に飛び込みました。

美しく賢い馬等との触れ合いの中で様々な事を学んだ時期でした。



彼らは言葉で「痛い」「苦しい」と訴えることができません。そのため、飼い主が異変に気づいた時には、すでに症状が進行しているケースも多々あります。

獣医師による西洋医学的な治療はもちろん重要ですが、ご家庭でもできるケアがあります。ペットとのコミュニケーションの一環として、優しくツボに触れてあげることは、心身のバランスを整える大きな助けとなります。日々の触れ合いの中に、ぜひ「ボ押し」を取り入れてみてください。