

# マホロバ

2020年6月号  
毎月末発行

## お灸の紹介 その3

### 灸頭鍼(きゅうとうしん)

心地良い暖かさで補う鍼灸治療

マホロバ鍼灸院で多用している灸療法の一つに『灸頭鍼』  
という方法があります。ツボに鍼を刺入した状態で鍼の上部  
にお灸を配置して温める方法です。この方法は、昭和に入っ  
てから一般的に行われる様になりました。現在は鍼の質も向  
上し、多くの鍼灸院で行われています。お灸は温灸文(温灸  
もぐさ)と言うものを使用し、着火後の中心温度は最高60  
0度以上に達します。点火後徐々に暖かくなり、5分程心地  
よい暖かさを感じます。他のお灸は『点』で温かいのに対し、  
灸頭鍼は鍼の刺激に加えて『面』での温かさを感じます。更  
に施術後の皮膚温上昇は30分以上持続し、温熱効果を比較  
的に長く与える事が出来るのが特徴です。  
当院では腰部に行う事が多く、慢性腰痛、坐骨神経痛で、  
筋肉の緊張が持続的に起こっている場合などは特に活躍しま  
す。受ける方によつては「お腹まで暖かくなる」という感想  
を述べられる方もいらっしゃいます。



## 灸頭鍼の種類

### ①もぐさを直接のせる方法

温灸用もぐさを手で丸めて、刺入して  
いる鍼の上に付けて着火させる方法です。  
灸頭鍼の原型とも言える方法で、温熱の  
伝わりが早く、もぐさの量や硬さを調節  
することにより術者によつて温熱量を調  
節する事が可能です。

鍼が大きく揺れるともぐさが落ちる件  
性があるので注意が必要。比較的多くの  
煙が出るので換気が必要不可欠です。

### ②専用切りもぐさを利用

もぐさを詰め込んだ紙筒を一定の大き  
さにカットし、側面より穴を開け、刺入  
した鍼の頭に設置し易く作られたもの。  
もぐさが詰め込まれているので長時間  
燃焼し、ゆつくりと温めます。温まるの  
に少々時間がかかる事と大量の煙が出る  
ので換気をしながら施灸する必要があります。  
温熱のバラ付きがなく、一定量の  
熱刺激を与える事が出来ます。

### ③炭化もぐさで煙を無くす方法

もぐさを炭化させたものは比較的最近  
になって手に入る様になりました。炭に  
したもぐさは燃焼させても無煙無臭であ  
り、空気をクリーンに保ちます。温熱量  
も十分あり、大変優れたものです。生産  
に手間がかかり比較的高価なお灸となり  
ますが、訪問先などで火災警報機などが  
反応せず重宝しています。  
炭化もぐさは着火しづらいのが特徴で  
すが、一端火が付けば少量でもしつかり  
とした熱刺激を与える事が出来ます

営業日 ○休診△往診□健康講座 平日は最終受付20:00まで 土曜日は17:00受付終了

日	月	火	水	木	金	土
	△	2	△	4	5	6
⑦	△	9	△	11	12	13
⑭	△	16	△	18	19	20
⑳	△	23	△	25	26	27
㉘	△	30				

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
⑤	△	7	△	9	10	11
⑫	△	14	△	16	17	18
⑲	△	21	△	⑳	㉑	25
㉖	△	28	△	30	31	

健康講座はしばらく中止します

## 院長のつぶさ

緊急事態宣言が解除となって気持ちが和らいだと同時に体調を崩す可能性もあります。予防に鍼灸を！

## 心を緩める名言

自分の生きる人生を愛せ。自分の愛する人生を生きろ。  
ジャマイカのレゲエミュージシャン ポブ・マリー



動画配信しています。マホロバ鍼灸院のYouTubeアカウントにて動画配信を行なっています。まだまだ動画本数は少ないですが、当院で販売しているお灸のやり方などを説明する患者さん向け動画と、勉強会で記録されたもの等、施術者、学生さん向けの動画などを配信予定です。

## 動画配信しています



## 6月7日『おうちでwebマルシェ』出店

## 当院の感染予防について

非常事態宣言が全国的に解除され、新型コロナウイルスの感染予防対策としての自粛要請が大幅に解除されました。ワクチンや治療薬の開発が急がれる中、感染拡大の波はまだ収束していかないと言っ見解により、今後も徹底した感染予防を継続していかねばなりません。ゴールデンウィーク中の自粛要請期間は外に出る事もできず、毎年の様に旅行に出かけたり帰郷したりする楽しみを奪われてしまった方も多いのではないのでしょうか？『同じことを繰り返さない』との思いで今後も消毒や換気は意識的に行ないます。どうぞ安心してご来院下さい。

最近医療現場でも効果を上げていているインターネット経由でのオンライン診療が話題になっています。軽微な症状であれば薬の処方なども可能で、予約により待ち時間も無く、三密を避けられるとの利点があるとしてより注目される様になりました。檀原市でもオンライン診療を実施している医院は25軒ほどあり、それぞれの科目で検索が可能となっています。(厚生労働省Eより検索)  
当院ではオンラインで鍼灸をする事は出来ませんが、健康維持を目的としたストレッチなどの運動指導、ツボ療法、お灸の据え方などを通して生活習慣改善のアドバイスを実際に話をしながらお伝えするサービスを行なっております。5月中は感染予防の一環として無料でオンライン健康相談を行なっております。まだまだ認知度が低くご利用される方が少ないので6月7日はイベントとして数多くのサービスが受けられる『おうちでwebマルシェ』に参加し、実際にサービス提供を行います。有料コンテンツとなりますが、参加を希望される方は広報表紙の上部に記載されており、電話番号に直接ご連絡ください。

## 後書き

筆者は犬好きです。(笑)  
施術室の片隅に犬の写真を1枚飾っており、犬好きの方は直ぐに気付いて反応されます。先月、そのワンちゃんが17歳で亡くなりました。非常に悲しい出来事でしたが、亡くなる数ヶ月前に保護犬の施設より1匹の白い犬を招き入れました。更に5月には、前々から売れ残り気になっていた2匹目の犬がやって来ました。その子は亡くなった写真の子と同じ種類のビーグルです。犬も飼えば家族ですので最後の最後まで一緒に暮らします。と言う事で犬好きな方はどんどん絡んで下さい。笑！

## SNSアカウント

上のQRコードは公式LINEアカウントです。当院からの情報がラインに入ります。下はツイッターアカウントです。毎日色々つぶやいていますので是非フォローしてみてください。



公式LINE



Twitter