

はつらつ元氣

特集 1

に座る!! 即治る!! 腰

毒出しオイル療法の実技公開!
皮膚のつまみもみ直後に
赤い線が浮いて腰の重だるさが
即消失! ねじっても違和感なし
.....

取材・構成 / 『はつらつ元氣』編集部



①オイルを手のひらに100円玉大ほど取って腰に塗り伸ばす



②背中の中心から脇腹に向かってすばやくつまみもみを繰り返す



③毒素排出を示す赤い線が早くも出現。「もう腰が軽い」と三木先生

最初の赤い線が表れた段階でもう腰が軽い!

島田寛治先生の指導を受けて、ご自身も毒出しオイル療法を実践されている手技療法院院長の三木英貴先生にご協力いただき、実際の施術を拝見しました。

当日、三木先生は左腰が重だるく、これは二日ほど前に起きた急性腸炎の影響ではとのこと。腸の不調は、腰のたるさとして表れることが多いそうです。

三木先生の腰にオイルを塗り



島田先生の指導で手技療法院院長・三木英貴先生(左)も毒出しオイル療法を実践

特集1 毒出しオイル療法の実技公開! 腰の重だるさが即消失! わじっても違和感なし

左腰の重だるさがスッキリ解消!



施術の後に腰を左右によじる三木先生。腰がスツと軽くなり快調そのもの!



「腸関節の急所を続けてつ
まみまみ。終了後は腰にくつきりと
赤い線が複数表れた。外側に血はに
じんでいない」

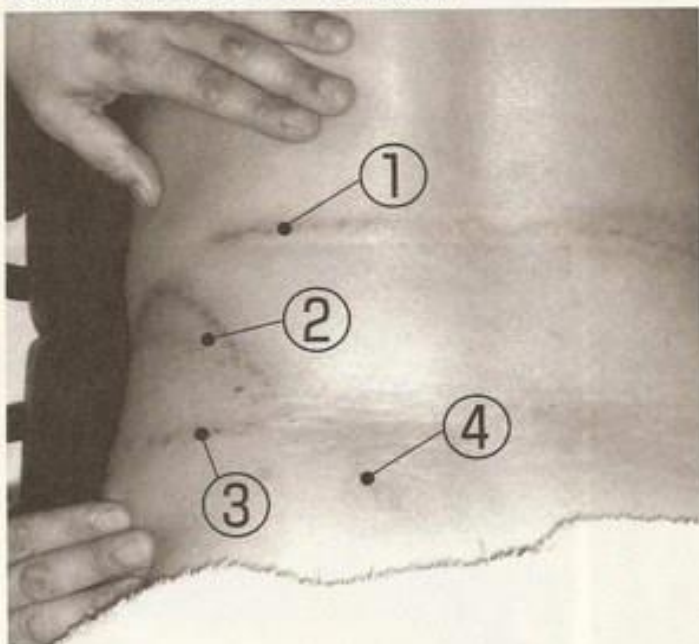


当日、三木先生は足首をね
んざしており、こちらも毒
出しオイル療法で対処。痛
みが即消えて足踏みでき
るように

伸ばした島田先生は、背
心から脇腹へ向けてつまみまみ
指の動きは速く、バババツと皮
膚をつまみ上げて離します。
そして数分もしないうちに赤
い線が表れて、この段階です
に三木先生は「腰の重だるさが
取れてきた」とのこと。
島田先生をつまみまみは、続
いて骨盤の腸骨付近のコリをほ
ぐす急所、仙腸関節をほぐす急
所に移動。ひととおり終わった
後、三木先生の背中に赤い直線
と曲線がくつきり浮かんでいま
した。これらの赤い線や斑点は
三日程度で消えるそうです。
立ち上がった三木先生は「腰
が軽い。いい調子です」と、左
右に体をよじっても違和感ゼロ。
目の前で見えた毒出しオイル療法
は、まさに独自かつ速効的。痛
み取りの名療法として、今後ま
すます要注目と断言できます。

●毒出しオイル療法の急所

- ①腸 ②骨盤の腸骨沿いのこり
③お尻の筋肉上側のこり ④仙腸関節



島田先生の腰痛解消術を自宅で応用！
塗ってこそすればその場で
腰が軽くなり痛みが軽快！
毒出しオイル療法のコツ

総合整体術・延命堂院長 島田寛治



エクストラバージンオリーブ油、ピーナッツ油など冷圧搾（低温圧搾、コールドプレスともいわれる）の良質な油がおすすめ

毒出しオイル療法を自宅で行うには、まず良質のオイルを入手すること。市販のもので、酸化しにくい冷圧搾のオイルがおすすめです（サラダ油等是不適）。オイルを塗る場所は写真の位置を参考にしてください。一回塗るだけで、腰がぐんと軽くなった！と実感する人が多くいます。より手軽に行うには、風呂上がりに腰からお尻にかけてオイルを塗るだけでもよいでしょう。

●《使用するオイル》
●エクストラバージンオリーブ油
●ピーナッツ油
●ツバキ油
●スクワランオイル
●ゴマ油（体温を上げすぎるので

夏場は不向き）

《毒出しオイル療法のやり方》

①手のひらに一〇〇円玉大にオイルを取って、腰に塗り伸ばす。特に骨盤付近には入念に。

②上の写真を参考に、「腸」「骨盤の腸骨」「お尻の筋肉」「仙腸関節」の急所を、指の腹でゆっくり体重をかけてこする。

※骨盤の腸骨付近は両手の指を重ねて入念に。腸のラインは折り曲げた指の関節でこすってもよい。

③家庭でも行う場合、赤い斑点や線は出なくてもよいので、特に痛いと感じる場所を重点的にこする。毎日一〇〜一五分行う。

《毒出しオイル療法のやり方2》

①風呂上がりに、手に取ったオイルを腰からお尻にかけて塗りながらさする。

②腰〜尻の右側、左側ともに五分ずつ行う。なるべく広範囲に塗ること。

※より簡単な方法。毛穴が開いてオイルの浸透力がよくなる風呂上がりに行うことがポイント。

体験談

岡山県在住 神橋慎一さん(五八歳)

自力で立てず歩くのも怖い
腰の激痛とグニャグニャ感が
毒出しオイル療法で一発解消!

私の仕事は建築の設計図の作成で、一日中、パソコンの前に座って仕事をしています。

椅子に座って足を組むときは、上に乗せた足の先をよじらせて、下の足のアキレス腱あたりにあてるのがクセでした。このまま二〜三時間動かないこともあり、いかにも不自然な姿勢ですが、私には一番楽だったのです。

しかし、この座り方を長年続けて、骨盤や背骨に蓄積したゆがみがとうとう限界を超えたのでしよう。三年ほど前に腰が鋭い痛みに襲われて、ほとんど困りはてました。

痛みに加えて、腰がグニャグ



一回長いギサギサの線が浮かび上がって、ちょうどウサギの顔のように見える。腰痛がほぼ消えた二回目以降の施術では、線の長さはこれよりぐんと短くなった

ニャとして安定感がなく、支えがないと立てません。歩くことも怖いのです。車の運転も難儀のひとことで、三〇分もすると腰のしんどさが限界を超えて、車を止めて体を伸ばしました。そんな私を見かねて、妻が教えてくれたのが、オイルを使っ

た療法を提案された延命堂の島田先生でした。

一時間ほどの施術の間、私には島田先生のもみほぐしが非常に痛く感じられました。そして、施術の後に鏡で自分の腰を見て、「いったい何だ、この模様は!」と驚いたのです。

私の腰には、ウサギのイラストのような赤い曲線が表れていました。大きな耳と目まであって、本当にウサギの顔です。

もっと驚いたのは、腰の激痛とグニャグニャが消えて、来た

ときは歩き方が全然違っていました。いつも車の座席に座るとき

によぎる腰の恐怖感さえ、帰宅時にはまったく忘れていました。なお、ウサギの顔の線は三日ほどで消え去りましたが、私は以前に心臓手術をした関係で、ワーファリンという血液をサラサラにする薬を飲んでいました。

この薬には出血がなかなか止まりにくいというデメリットがあり、そのため注射の跡も一週間ほど残ったりするのです。

にもかかわらず、ウサギの顔が三日で消えたのは、これは普通の内出血とは少々違うのでは、という気がしてなりません。

腰痛そのものは一回の毒出しオイル療法でほぼ治った!と実感しましたが、さらにダメ押しをするために、島田先生のもとにはその後二回通いました。

もんでいる最中の痛みは明ら