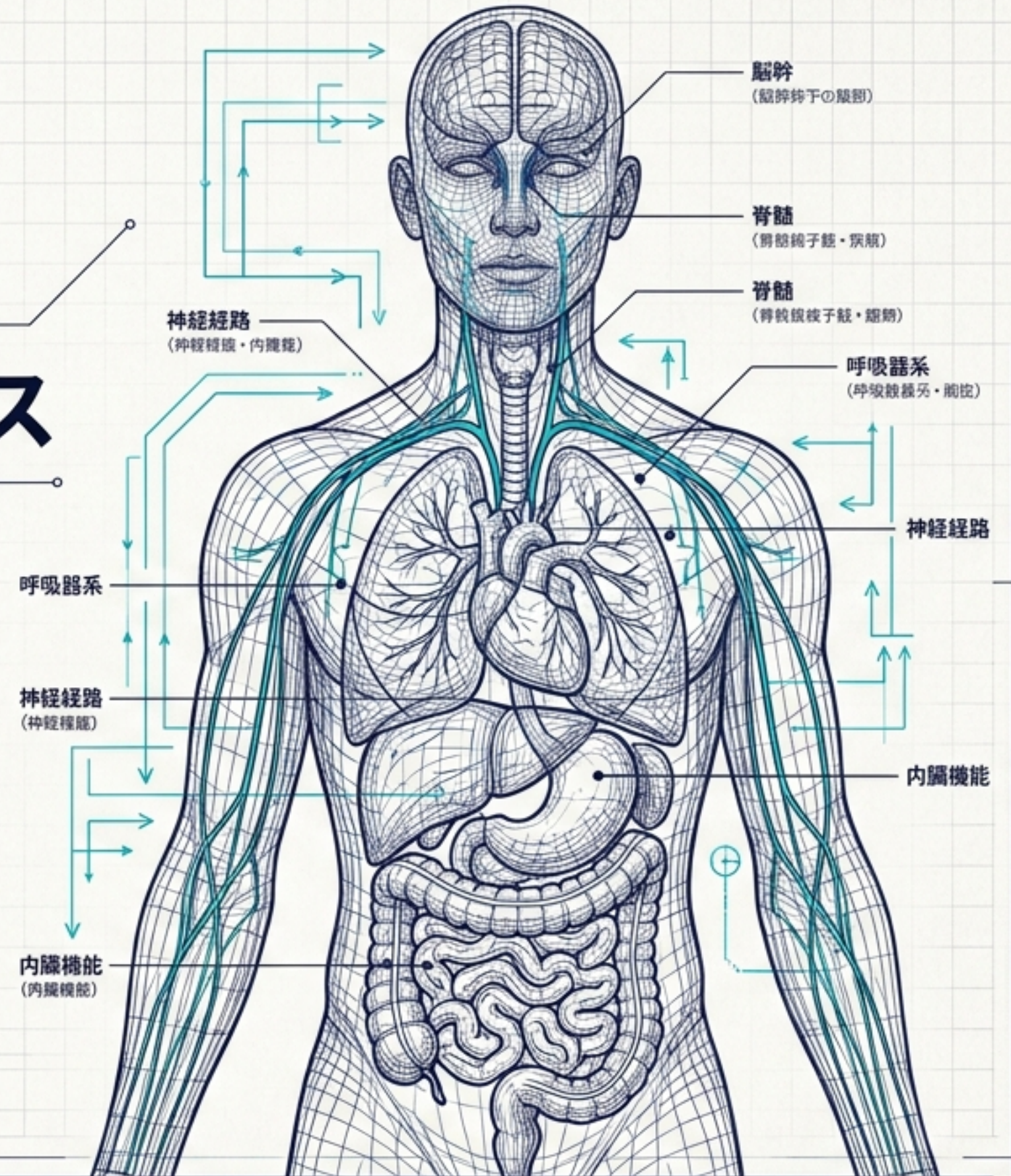


表面的な痛みを追うのは、もう終わりにしよう。

# セラピストレベルアップコース

根本原因を読み解く「臨床探偵」へ。  
長野整体師養成学院が贈る、  
プロフェッショナルのための全7講座。

オンライン動画学習 × 実技研修



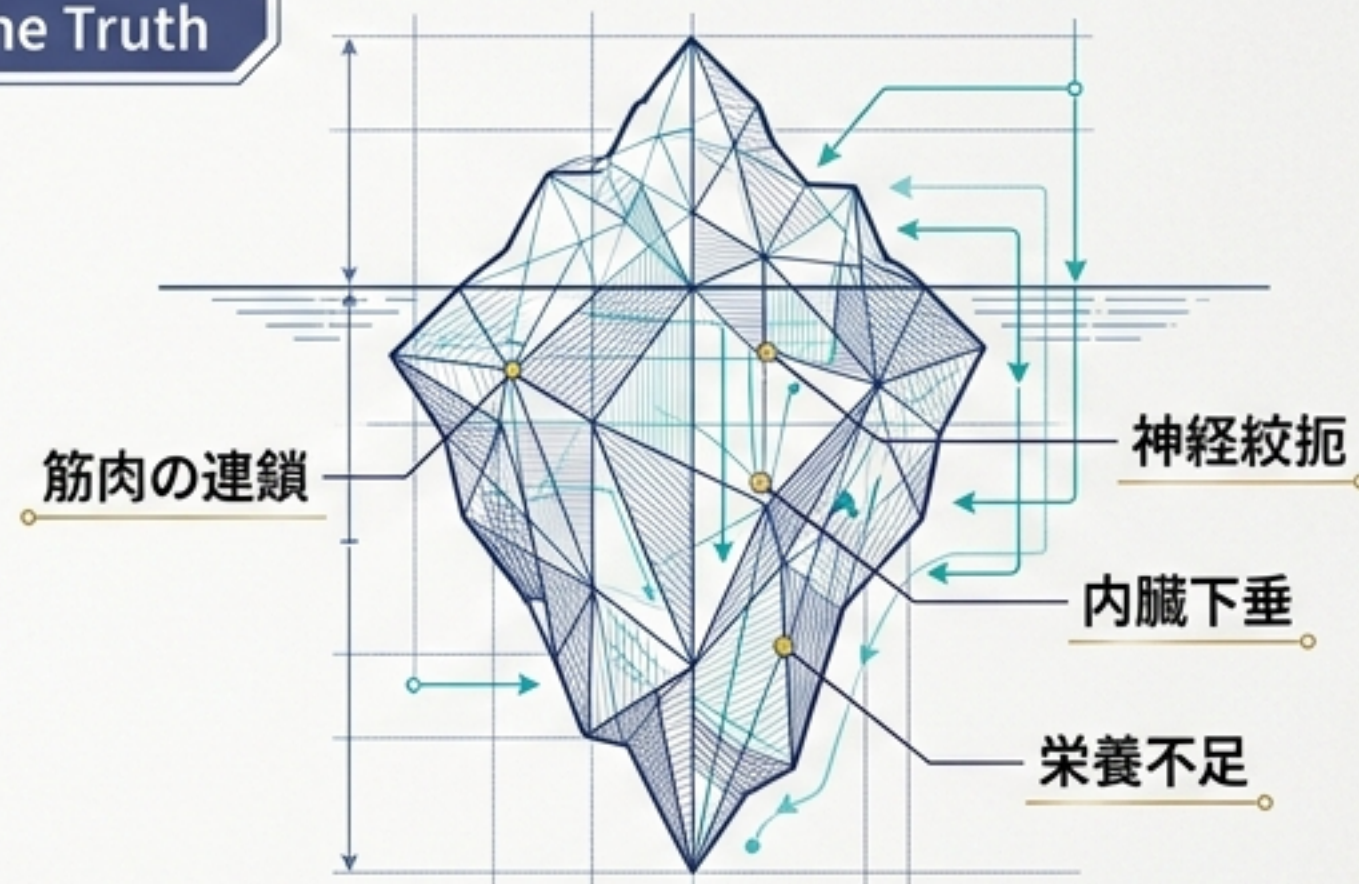
# なぜ、一生懸命ほぐしても痛みは戻るのか？

初心者セラピストが必ずぶつかる壁。「指の圧が足りない」ではありません。アプローチする「次元」が違うのです。

## 表面的なアプローチ



## The Truth



## 表面的なアプローチ

痛いところを強く揉む、無理やり骨を鳴らす。  
→ 結果: その場しのぎで翌日には元通り。

## 構造的・探偵アプローチ

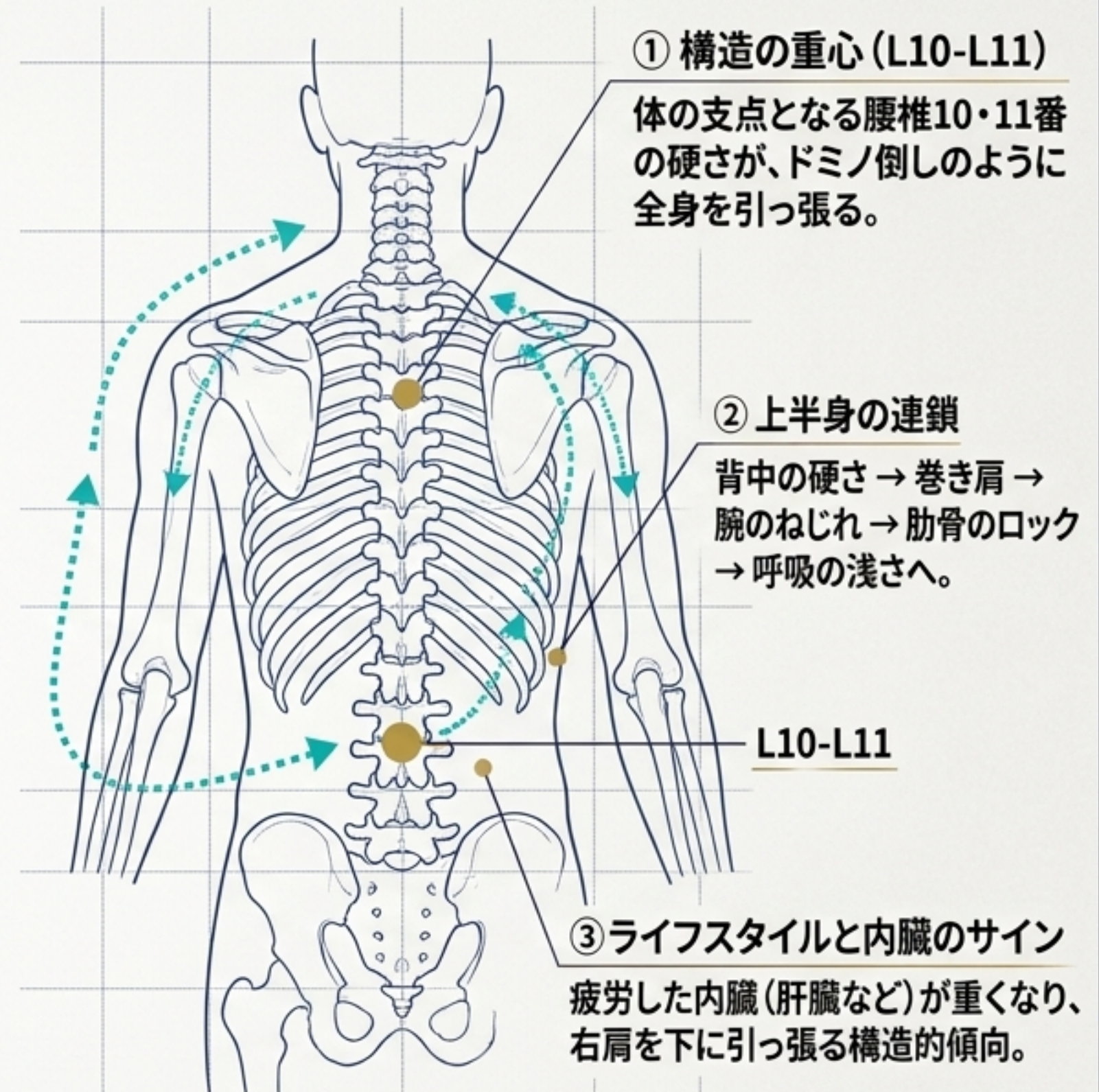
筋肉、神経、内臓、栄養、自律神経の連鎖を読み解き、「真犯人」を特定する。  
→ 結果: 痛みの震源地を解消し、根本から解決。

本コースでは、水面下に潜む「巨大な要因」を見抜くスキルを全7講座で体系的に学びます。

講座  
01

# 体のゆがみを徹底解説： 痛みの奥底に隠された 「負の連鎖」

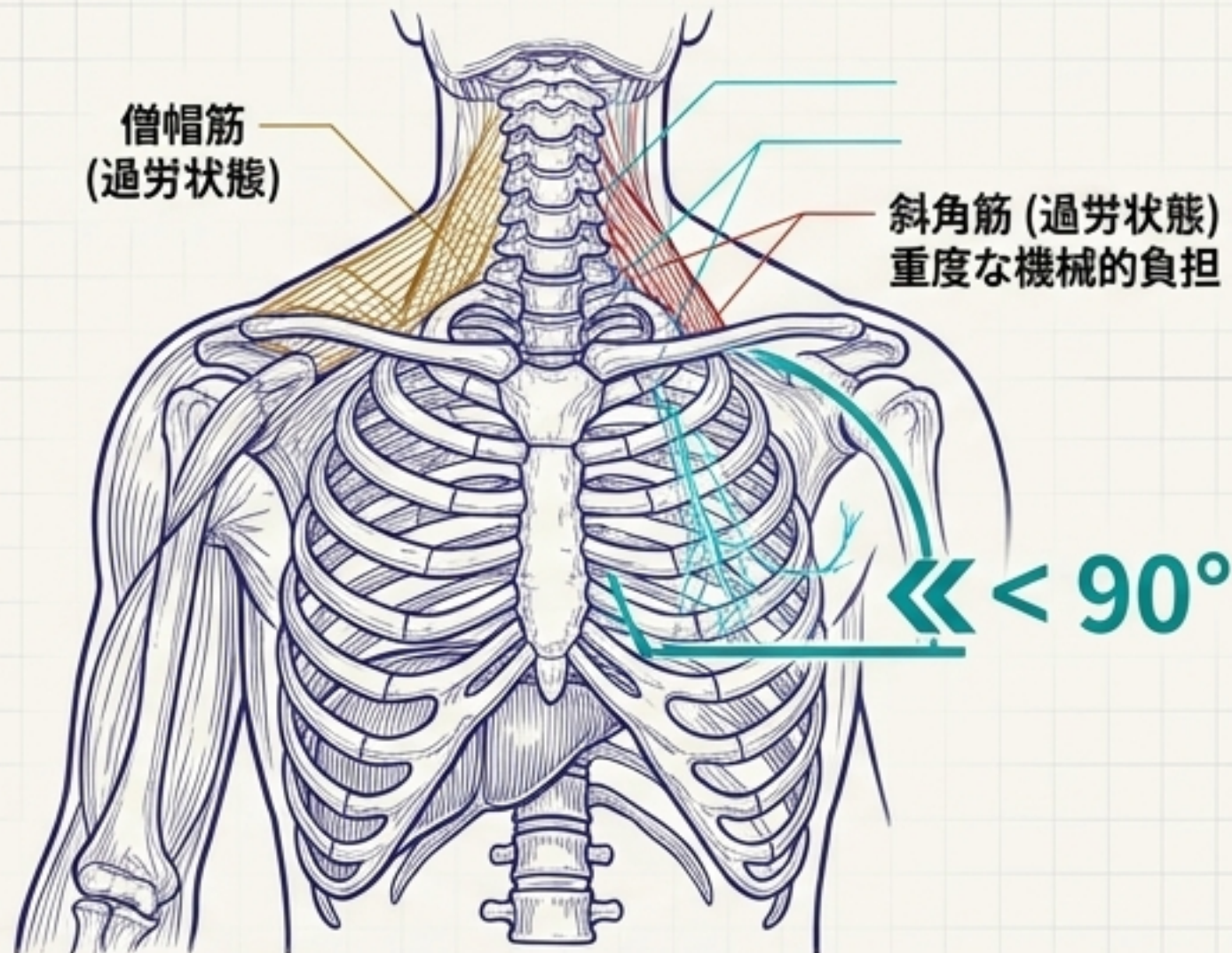
「骨は勝手には動かない。  
歪みを作っている**真犯人**は、  
**硬く縮んだ筋肉**である。」



座学で体の弱点を推測し、実技で的確に矯正するストレッチを習得。

# 肩こりを徹底解説：姿勢と「呼吸」の隠された繋がり

「肩が張っているのは、PCのしすぎではなく、息をするために肩が過労しているからです。」



## 酸欠パニックのサイクル

不良姿勢で肋骨が固まる（角度が90度未満に）

メインの呼吸筋（横隔膜）が動けなくなる

体が酸欠パニックを起こす

呼吸補助筋（首・肩の僧帽筋や斜角筋）をフル稼働して無理やり呼吸する

肩がガチガチにロックされる



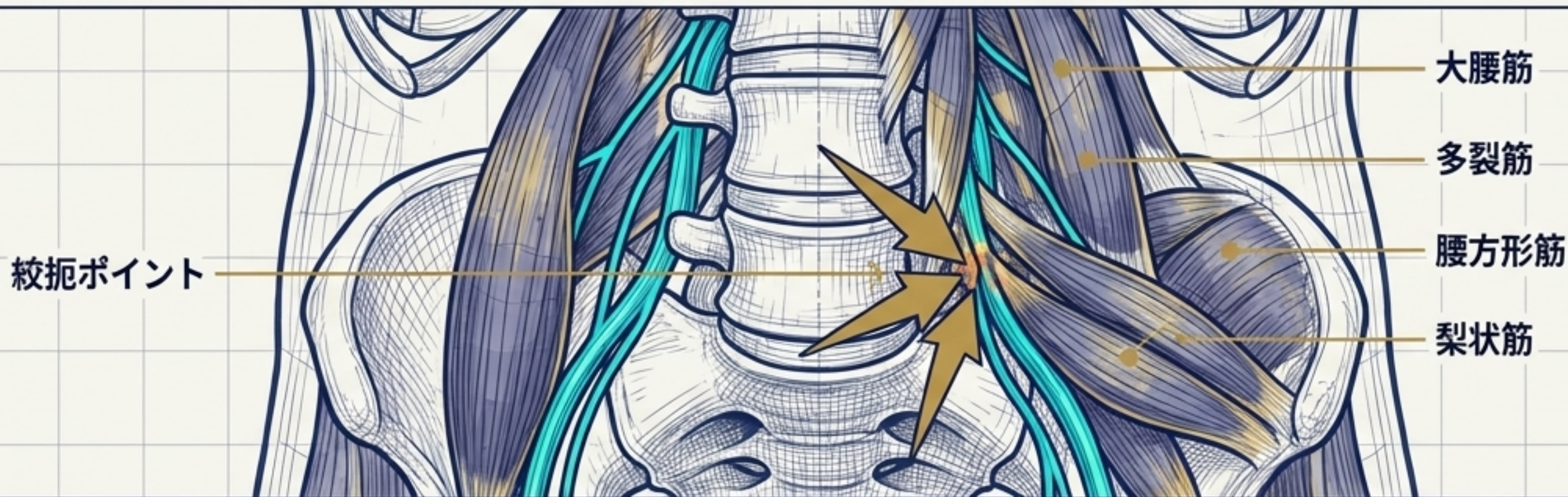
**隠れた要因：**隠れ貧血（酸素不足のパニック）や、食べ過ぎによる内臓疲労も背中を丸め、このサイクルを加速させます。



**アクション：**肋骨の可動域を見極め、肩や首を根本から緩めやすくするための秘策を習得。

# 慢性腰痛の謎を解く：「神経絞扼（こうやく）」と滑走性

「神経は動くワイヤー。筋肉に挟まれ、滑る能力を失うと激痛が走る。」

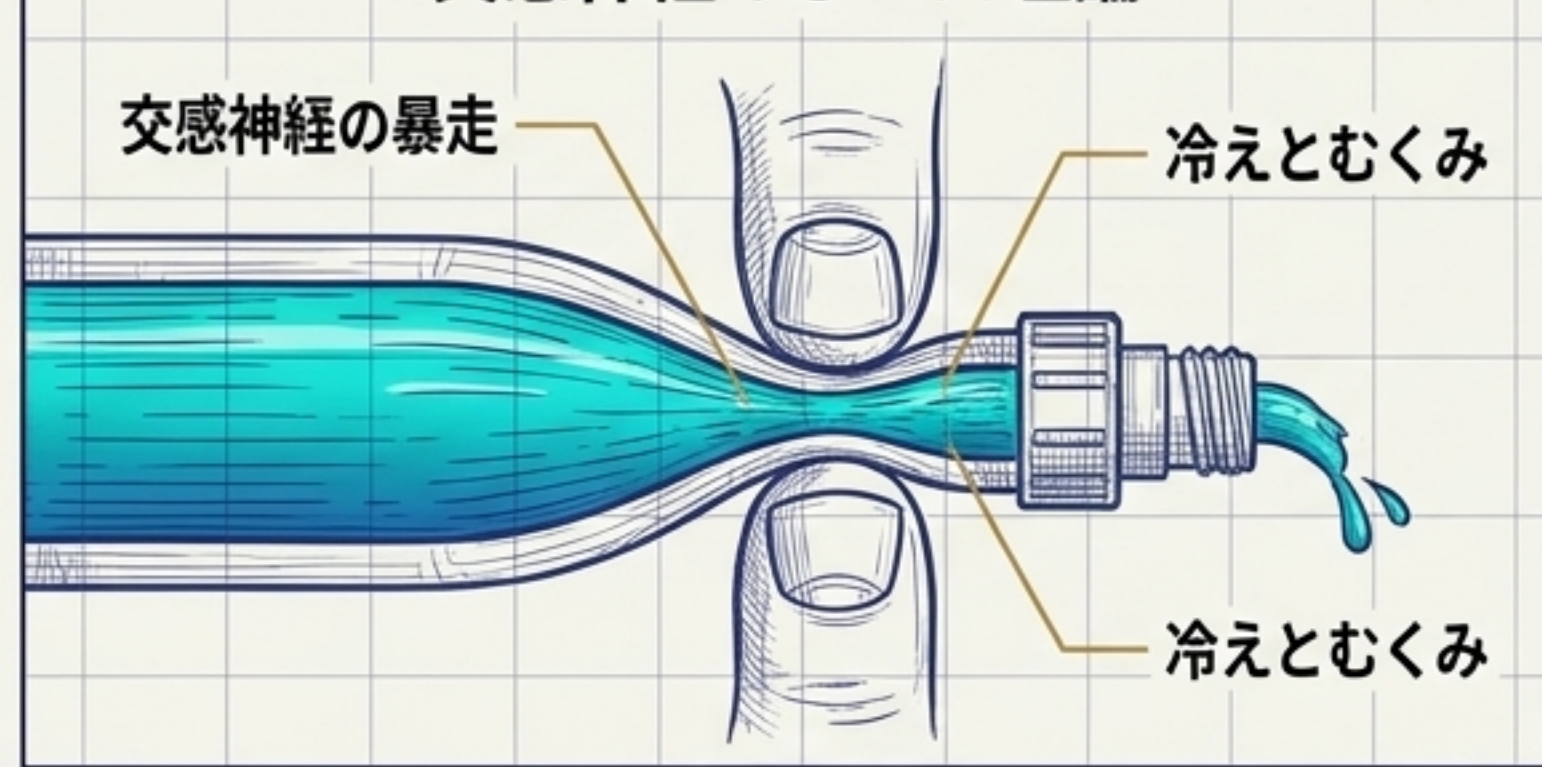


| 概念                                   | 原因                                 | 結果                                 |
|--------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| 神経滑走性。神経は体の動きに合わせて伸び縮みし、ツルツル滑る必要がある。 | 姿勢の崩れにより、深層筋（腰方形筋、梨状筋、多裂筋、大腰筋）が硬直。 | 神経が挟まれる（絞扼）。足のしびれ、揉んでも消えない芯の痛みが発生。 |

# むくみ・冷えから学ぶ：自律神経の「ホース理論」と内臓下垂

「むくみは指の圧が足りないからではない。自律神経の暴走と、栄養の漏れである。」

## 交感神経のホース理論



ストレスで交感神経が24時間オンになると、ホースの先を指で潰すように血管が収縮。毛細血管に血が届かず「冷え」、行き場を失った水分が「むくみ」になる。

## 内臓下垂と大腰筋



疲労した肝臓が重くなり下垂。腎臓を巻き込み、体を支えるインナーマッスル（大腰筋）にドスンと乗りかかり慢性腰痛を引き起こす。

## 隠されたピース「アルブミン」

血管内に水分を留めるスポンジ役のタンパク質。これが不足すると、施術をしても翌日には水分が漏れてむくみが戻ります。

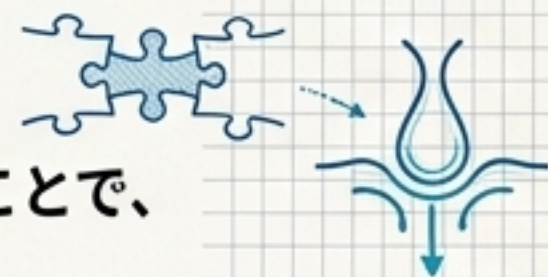
# 頭痛・めまいから学ぶ：頭蓋骨の動きと脳のオーバーヒート

「頭の骨は数ミリ動く。その動きが止まると、脳は冷却水のないエンジンのように熱を持つ。」



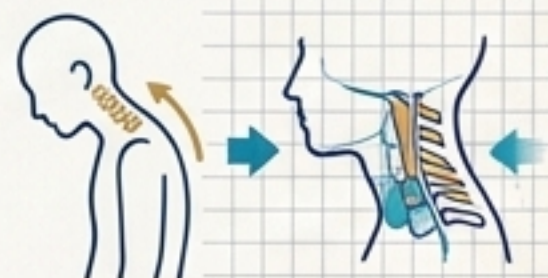
## ① 頭蓋骨のポンプ機能：

パズルのように組み合わさった頭蓋骨（縫合）が呼吸に合わせて微細に動くことで、脳脊髄液（お水）を循環させる。



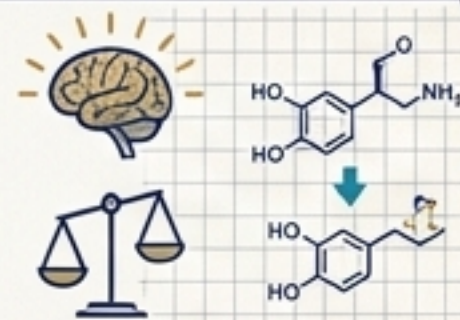
## ② 姿勢による排水管の詰まり：

スマホ首や猫背になると、首元の「お水の抜け穴」が物理的に塞がる。



## ③ 脳のオーバーヒート：

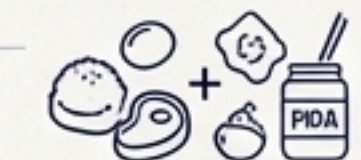
情報過多の脳が熱を持ち、自律神経のバランスが崩壊。セロトニンやドーパミンが枯渇し、原因不明の倦怠感やめまいへ。



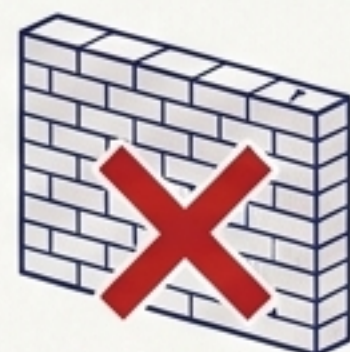
頭蓋骨の微細な動きを促し、脳脊髄液の循環を回復させる頭蓋調整メソッドを習得。

「不眠はメンタルの問題だけではない。胃腸の働きと物理的な背骨の硬さが直結している。」

## 睡眠ホルモンのリレー



タンパク質  
(肉・魚・大豆)  
+  
補酵素



低胃酸  
(未消化)



セロトニン



メラトニン



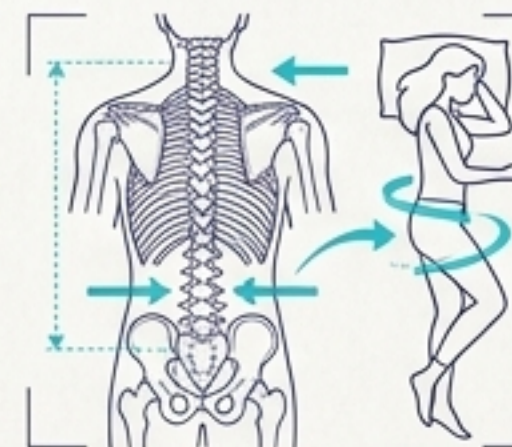
## 胃腸機能の落とし穴

日本人に多い「低胃酸」や「早食い」。  
未消化のままでは睡眠ホルモンの材料にならない。  
「よく噛む」「食前の酸味」が必須。



## 物理的な構造要因

骨盤・背骨が歪んで背中が張ると、  
睡眠中の自然な「寝返り」が打てず、  
睡眠の質が根底から崩れる。



消化吸収のアドバイスと、**内臓機能を高める手技アプローチ**の融合で他店と差別化を図る。

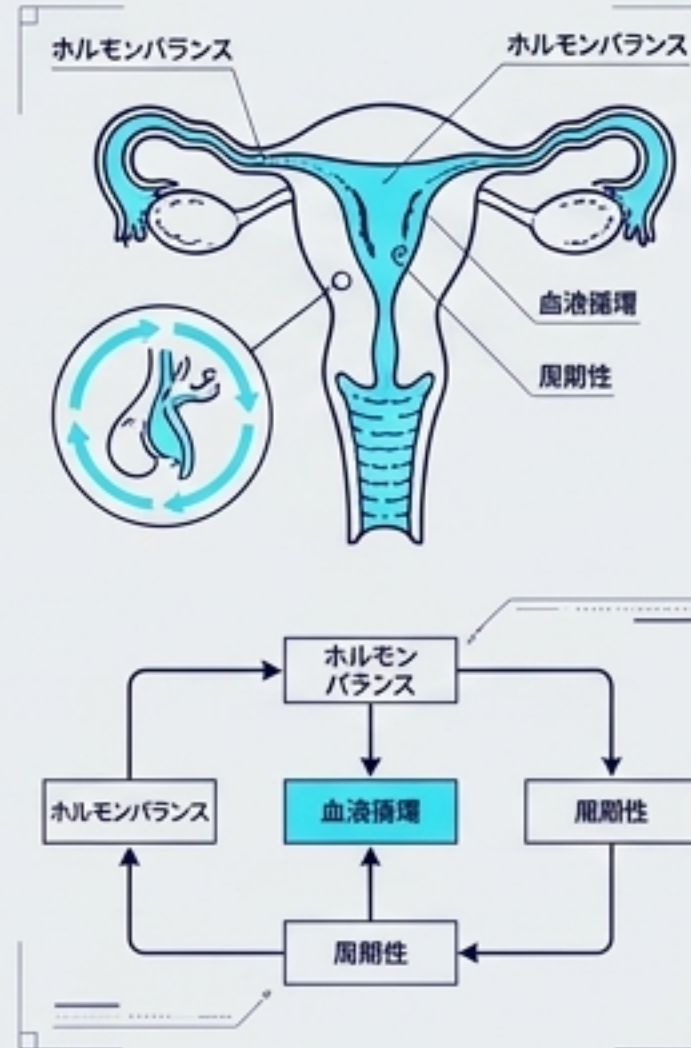
# より深く、クライアントの人生に寄り添うための専門知識



## 講座06:生理周期から学ぶ! 女性ホルモンと体のシステム

**概要:**  
生理痛や生理不順など、  
女性特有の悩みを機能的に  
見直す。

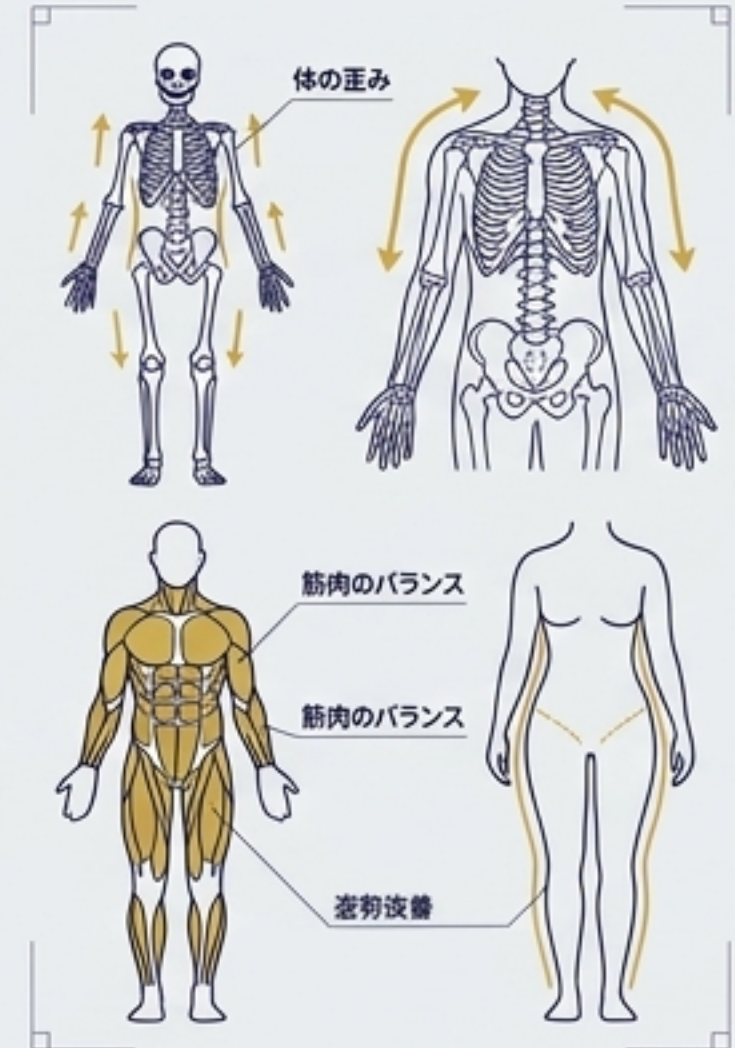
**学び:**  
単に体を温めたりマッサージ  
するだけでなく、**血液循環のサ  
イクルとホルモンシステム**を  
知ること、他店にはできな  
い**的確な生活習慣アドバイス**  
を可能にします。



## 講座07:ダイエットから学ぶ! 痩せにくい体のゆがみ

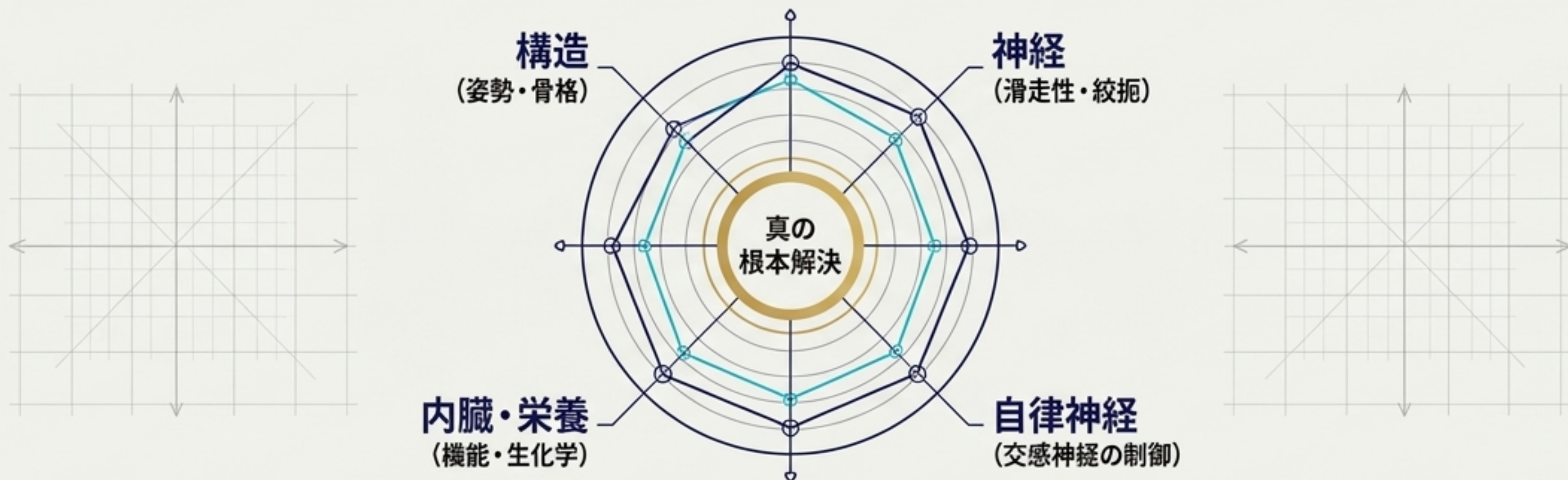
**概要:**  
「甘い物がやめられない」  
「痩せにくい」理由を体の歪み  
から解説。

**学び:**  
挫折しないダイエットを提案  
するための**サイクル構築**と、  
体重が落ちなくても細く見せる  
「**プロポーション特化の筋肉  
アプローチ**」を実技で習得し  
ます。



# 木を見て森を見ず、から卒業する。

一つの症状に対して、筋肉だけを揉む時代は終わりました。成功するセラピストは、身体を「一つの繋がったエコシステム」として捉えます。



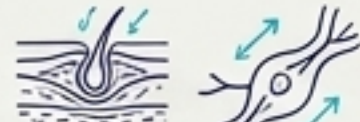
## 診立てる力:

患者のライフスタイル、姿勢、呼吸から「真犯人」を特定する探偵の目。



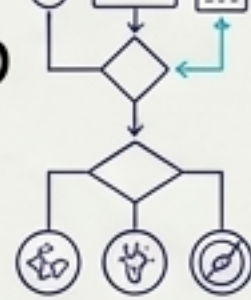
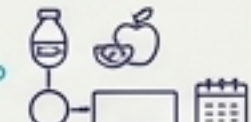
## 触れる力:

強い力でボキボキ鳴らさず、深い神経や骨の微細な動きにアプローチする高度な手技。



## 導く力:

診断や医療行為の境界線を守りつつ、安全で論理的な栄養・生活習慣のアドバイスを行う。



これら全てを統合し、お客様の人生の質 (QOL) を底上げする「次世代のセラピスト」へ。

# お客様の悩みに、自信を持って応えられる自分へ。

初めてで不安な方、独立に迷っている方、  
自分にできるか心配な方へ。  
まずは無料の概要説明・相談、体験レッスン  
を受けてみませんか？

長野整体師養成学院（ほぐし処町家 店内）  
長野県佐久市岩村田755  
TEL：0267-67-6077  
営業時間：10:00 - 19:00

