



足裏の異常「外反母趾」「浮き指」 運動と健康の関係を重力とバランスで解明

【主催】一般社団法人 全日本コンディショニングコーチ協会
【後援】財団法人 福岡県体育協会

【講師】 笠原 巖



笠原 巖(かさらはら いわお)
浮き指・外反母趾研究家/過労性構造体医学創始者
柔道整復師/カサハラフットケア整体院院長
1947年生まれ

<主な著書>

- ・過労性構造体医学(医道の日本社)
- ・首こり・肩こり解消! 首らくらくサポーター(宝島社)
- ・はくだけ健康法(KKベストセラーズ)
- ・切らずに治す外反母趾(アスペクト)
- ・自分で治すひざの痛み(フットワーク出版社)
- ・つらい自律神経失調症は足と首から治す/他多数



これまでの約38年に及び初検だけで10万人以上の足を診る。足・膝・腰・首の慢性痛や自律神経失調状態などの不調を足裏の異常と関連付けてみてきた治療実績と長年の研究から、重力医学となる「過労性構造体医学」を解明。その普及を目指し、医師や柔整師、治療家などをはじめ、大手企業、地方自治体、PTA、スポーツ指導協会、一般向けセミナーなど全国各地で精力的に行っている。また、技術伝授のスクールも定期的に行っている。特に、新しい理論を応用した多数の特許商品を開発し、通販でロングセラーとなる。テレビや雑誌などマスコミでも注目を集めている。

笠原先生のホームページ『本4冊分の情報が満載』
<http://www.ashiuratengoku.co.jp> 足裏天国カサハラページ

【開催日時】 平成 24 年 12月1日(土) 12月2日(日)
AM 9:30 ~ PM 4:30 (6時間)

【講座 1】 平成 24 年 12月1日(土) AM 9:30 ~ PM 4:30
「同じ動きをして痛みや不調を起こす人と、起こさない人との差」を解明
「足に関心がないのは、身体や健康に関心がないのと同じ」

【講座 2】 平成 24 年 12月2日(日) AM9:30~PM4:30
「スポーツ選手の予防とコンディショニングを整える方法」

【実施会場】 NCCA コンディショニングセンター福岡南
福岡県春日市春日原北町4丁目20-2-2F

【受講料】 1日10,000円

【登録更新認定単位】 1日のみ受講(講義3単位・実習3単位)
2日間受講(講義6単位・実習6単位)

【申込み方法】 ☎092-405-6871 fax:092-923-3385 Mail:info@ncca-gym.com

Home:http://ncca-gym.com

西鉄電車 春日原駅 徒歩3分
JR 春日駅 徒歩4分
西鉄バス 春日原駅 徒歩3分

【講座1】「同じ動きをして痛みや不調を起こす人と、起こさない人との違い」を解明

「足に関心がないのは、身体や健康に関心がないのと同じ」

理論（3時間）

- 現代人の子どもから大人までに激増している足裏の異常「外反母趾」と「浮き指（指上げ足）」とは時代の変化・ライフスタイルの変化と共に、現代人の体に異変が起こっている。それが、足裏の異常として代表される「外反母趾」と「浮き指」です。成人女性の約80%、小中学生の約60%に、この足裏の異常があるのです。更に、男性にも増えている実態です。
- 足裏の異常が引き起こす身体への悪影響（足・膝・腰・首の痛みや自律神経失調状態、足頸性うつとの関係）足裏の異常「外反母趾」と「浮き指」に伴い、骨盤のゆがみや側弯症・猫背など体のゆがみが起こり、それに比例して、膝・腰・首などの慢性的な痛みや頭痛・肩こり・首こり・冷え・胃腸障害など自律神経失調状態や足頸性うつ状態が起こっているのです。
- 原因のはっきりしない痛みを解明する、重力とのバランス理論「過労性構造体医学」足は「足だけ」、体は「体だけ」と別々に医療が行われています。足と体は『重力』とのバランスでつながっており、一体なのです。従って、「足裏から全身を重力とのバランスで整える」ことがこれからの医療や健康法の最初にこななければならないのです。

実技（3時間）

- 外反母趾や浮き指に対する保存的療法「足裏バランステーピング法」（痛みのない場合）
- 足裏から全身のバランスを整える、整体法と血行促進法
- 鍛えるストレッチと、身体を守る正しい歩行法

【講座2】「スポーツ選手の予防とコンディショニングを整える方法」

理論（3時間）

- 同じ条件下にも関わらず、スポーツ障害を起こす人と起こさない人との差を力学的に解明スポーツ障害の80%が、原因のはっきりしない損傷です。これらの損傷に対し、「使い過ぎ」では大きな矛盾があります。なぜなら、同じ条件で同じスポーツをして損傷を起こす人と起こさない人とに分かれるからです。この差は、足裏の異常「外反母趾」と「浮き指」が隠れた原因になっていたのです。
- 足の様々な痛みのメカニズム外反母趾や浮き指など足裏の異常が引き起こす、足の様々な痛みの原因と改善法を知る。
- 足裏の異常が引き起こす、ひざの痛みのメカニズム○脚、変形性膝関節症、オスグットシュラッター氏病、ジャンパー膝、反張膝など、ひざの痛みの原因とメカニズムを、体の土台となる足裏のバランスから力学で知る。
- 亜急性損傷に対する固定学（どんな痛みも固定により95%改善）けがや事故による新鮮な損傷と、負傷の瞬間を特定できない過労性の損傷は、細胞損傷の事実やその程度においては同等なのです。従い、固定も同等にするか、それ以上にしなければならないのです。負担度（破壊力）より安静度（治癒力）が上回る固定により、自然治癒力が最大限発揮されるのです。

実技（3時間）

- 外反母趾や浮き指に対する保存的療法「足裏バランステーピング法」（痛みのある場合）
- どんな「ひざの痛み」「腰の痛み」も3週間で半分治る、サラシバンテージ法
- 足裏から全身のバランスを整える、整体法と血行促進法