

日々感じるオーラの重さは キレーション&オステオパシーの2本立てで挑む!



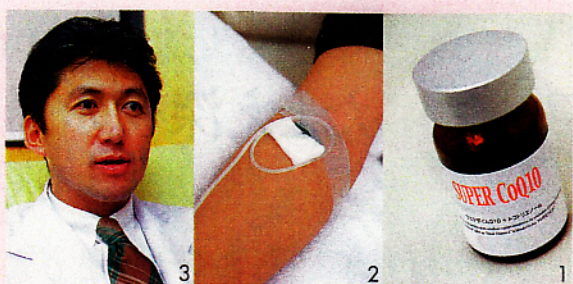
今回チャレンジしたのは
E佳

体重・体脂肪率ともに
標準値を下回るが、最
近身体が重く感じら
れるように。どんより
オーラを背負った感じ



体内ドロドロ一掃! キレーションって何?

主に動脈硬化の治療法として、米国では50年前より行われてきた。重金属とそれに付着するフリーラジカルを除去、老化防止にも。1 同クリニックで処方されるQ10錠剤を飲めばさらなる効果が。『スーパーCoQ10』¥8,400(＠アークワイズ 03-5411-8226)。2 点滴時間は30分ほど。3 北青山Dクリニックの阿保院長。4 キレート剤は各種成分とカクテルして使用



●「身体のオーラの重さ」という余分が気になるE佳。その原因を「身体に溜まった老廃物」だと漠然と感じている。断食道場通いなど、老廃物除去のための努力はしたが、どれも決定打に欠けており、未だ道場巡りを繰り返している状況だ。●そんななか、新たに目をつけたのが「キレーション療法」。「鉛など体内に蓄積した有害な重金属(ミネラルを含む)を、キレート剤を点滴することで、体外に排出していく」というもので、動脈硬化や脳梗塞などの治療に劇的な効果があることは有名。が、なぜE佳が老廃物除去に有効であると見たかは、以下の理由から。「体内に積もった重金属は多量のフリーラジカルを抱えている。それが結果的に身体の酸化につながり、疲労や身体の重さといった不快な症状を引き起しているに違いない」。●E佳は総合医療で定評のある「北青山Dクリニック」の扉を叩き、阿保院長に疑問を投げかけた。院長曰く「老廃物の正体はあいまい。が、重金属についたフリーラジカルを取り除くことで、原因不明の不快症状が解消されるのは事実。1回で効く人もいれば数十回必要な人もいますが、効果が出る人は本当にハマる療法ですね」。早速試す。キレート剤に各種ビタミンなどをカクテルした同クリニックオリジナルの薬剤を約30分かけて点滴終了。帰宅後、多めの水を摂って就寝。翌朝、身体が軽い。トイレに入ると尿に「光るものが見えたりしていた」ように見えたのは気のせいだろうか? 現在3回目の治療を受けているが手応えはあるようだ。●さらに老廃物を溜めない体質に変えてい

アプローチすべきか?

太ってはいないが身体が重苦しい...と訴える女性急増中。それらはダイエット的アプローチで解決することが可能か? 皆さんに代って美容班E佳とO子が体当たり取材を決行!

内臓のもたつき感はパーソナルトリートメント & 筋肉補正マッサージの2本立てで挑む!

身体には暮らしも心も現れるという アイシスの奥義とは?

1 カウンセリングではカラーボトルを使用。2 「美は健康が基本。心も身体もエネルギーに満たされることにあります」と代表の植松優子先生。食も心も一ータルで考えるべきと語る。「すべてつながっているんです。生活環境がストレスを生む。そうすると食が変わり、身体の中のバランスを崩し、結果体型に現れます。大切なのは、自分の身体と向かい合うこと。食事のメニューは自由ですが、時間がある時には手づくりする。そして、どうしても食べなくなったら、油ものなど身体に負担がかかるものを“ご褒美で許す”というのが理想です。3 頭用、身体用とブレンドを変えるビュアオイルも効果大



今回チャレンジしたのは
G英

「モデル体型」なる言葉
を頂戴することも多いが、お腹回りのだぶつきは深刻。腹筋器械を購入するも続かず

●G英がまず訪れたのは、カウンセリングに基づいてパーソナルトリートメントを施すアイシス。食生活や睡眠時間など、ライフスタイルにまつわるアンケートに答えると、植松先生は開口一番「そのお腹ぽっこりは胃下垂ね。でも、お腹だけ」と侮れないよ。メンタルも含めた身体の中のバランスの崩れが、お腹に現れているんだから。G英「お腹が出る主な原因は?」先生「胃が下がるとほかの臓器も抑え込まれるの。それで下腹部が出るという仕組み。特にG英さんの食の傾向をみると塩分が多めで油ものも多くお酒が好き。これは身体よりも心を満たす食事なのよ。刺激物なんか好きでしょう?」G英「はい!」先生「リラックスタイムがないから、さらなる刺激を求めちゃうのよ」G英「つい、食べすぎてしまうのはどうしたらいいんでしょう?」先生「よく噛むことね。そうすれば少なめの量でも満足できるはずよ。G英さんのコメントで気になるのが、疲れがとれないという点。それはきつと呼吸とお水が足りないのね。疲労物質が燃焼されず、滞ってしまうから、身体が重く感じるんじゃないかしら。深く呼吸すること、そして常温の水をこまめに飲むことが必要」。●いよいよ施術に。先生がG英の背中を触るやいなや「胆嚢、心臓のポイントがパンパンね。それから肩も首も!」こんな状態では呼吸は浅いはず。トータル2時間、背中、頭、足の裏の反射区、お腹と全身マッサージ(4〜7)。ポイントによっては本当に痛みがあるが、植松先生のゴールドハンドのおかげか不快感がない。●翌日は筋肉痛のような感覚あり。けれど不思議と爽快で、身体がとにかく軽やかだ。水をこまめに飲んでいたせいな



北青山Dクリニック

東京都渋谷区神宮前3-7-10 AKERAビルB1
☎03-5411-3555 ⑨9時~20時 ⑩日曜 キレ
ーション1回¥10,500 ※静脈瘤の日帰り手術な
どの外科手術を始め、アンチエイジング医療や
美容医療、人間ドックや婦人科治療にも定評あり

DATA

山下オステオパシー研究所

東京都品川区上大崎2-24アクティ目黒駅前1-703
☎03-5434-2241 ⑨10時~要相談 不定休 約6
0分の治療¥5,000 ※治療後の運動、長時間の入
浴、飲酒は避ける。「治療力を妨げる問題を取り除
き、よい身体環境をつくるのが仕事」と山下先生



自然治癒力を高める!
オステオパシーって何?



1974年にアメリカのアンドルー・テイラー・スティ
ル医師によって発表された医学的治療。頭蓋
骨と仙骨の間を流れる脳脊髄液の流れを正し自
然治癒力をたかめる。1 山下院長はカイロの素
養もあり。2 治療の鍵となる仙骨は骨盤の近く
に。3 重要な頭蓋骨の中にもアプローチできる

くのも大切なポイントとみたE佳
は、筋骨系を整え循環系や神経系
の問題を解決する療法「オステオパ
シー」にもアプローチ。「山下オステ
オパシー研究所」の山下先生は、頭
蓋骨療法という脳脊髄液の流れを
整える療法も併用している。●ベッ
トに横たわったE佳の頭から肩を触
れた先生は「この凝りでは身体が重
く感じるのも無理はないですね」と
ひと言。肩凝り持ちで、週に2度は
「強力指圧」で凝りをほぐすが、す
ぐに元に戻ってしまふ。「簡単にい
えばオステオパシーは、身体の筋骨
にふれ、その人の「動き」を特技で追
いかけて、本来あるべき姿に導く療
法。筋肉を無理にいじるのでなく、
全体を緩めるイメージで治療しま
す。結果、コリはとれていきますし、
身体の代謝も健全に。身体も軽く感
じるはず」。約60分の治療は「軽い
マッサージ」に似た感じ。「もう終
わり?」という物足りなさを感じな
くもないが、驚きは翌朝やってくる。
身体全体が軽く感じられ、爽やかだ。
これまた継続する価値はあると実
感。●論理的に老廃物を取り除き、
自然治癒力を高めていく2本立てが
E佳タイプには有効だった。

だるさやウツウツ感。
余分なものは贅肉だけにあらず!

「見えない重量感」はどう



アイシス

東京都目黒区目黒3-8-10 バラスト目黒3丁目603
☎03-5740-8637 ⑨11時~19時 ⑩月曜と火曜
がそれぞれ隔週で休み ※G英が受けたのはフ
ットバス+ボディマッサージ+ヘッドマッサージ+フ
ェイシャルトリートメントで計150分の「トータル
トリートメント」¥26,250。部分トリートメントもあり

DATA

ココファリイ

東京都千代田区丸の内2-1-1 明治
安田生命ビル オ
パーク丸の内1F
☎03-3215-1777
⑨11時~21時
(日曜、祝日~20
時) 無休 完全
予約制 ボディ
トリートメント(60
分)¥21,000~
ボディスクラブ(3
0分)¥6,300 フェイシャル(60分)¥21,000~



即効で腹部の重さがすっきり!
ココファリイの奥義とは?

コンセプトは「自己免疫力」を引き出すこと。1 パテ
ィカのオーガニックオイル(パティカ フット オイル
¥7,350)はお腹回りにも確実に効果をもたらす。2 オ
ナーの近藤寛子さんオリジナルのトリートメントは
「血管やリンパ中に蓄積された老廃物の排出を助け
ます。そして全身の筋肉を本来の位置に戻すので、
引き締まります」。3 落ち着いた雰囲気施術ルーム



感とは、リンパの流れが滞っている
ことが原因。流れをよくすること、
あとはお腹回りの筋肉運動をさせれ
ばすっきりするはず」。施術はこち
らも全身。脚、頭、デコルテなどを
マッサージすることでリンパの流れ
を促進したら、背中とお腹に重点を
置く。まず、背中の肉を外へと流し、
脇腹も念入りに揉み込む。そしてお
腹は人差し指を顔側、親指を下半身
側に置いて縦につまみ、余分な肉を
揺らしながら燃焼させていく。施術
後G英は、あばら骨の下と脇に、今
まで埋もれていたスジが入ったのを
発見。ウエストが確実に締まっている。
筋肉運動で仕上げるという方法
は正解のようだ。

のか、数日は食欲が今までのよう
にはわかなかった。食後、お腹が少し
ぼこっと出てもすぐに引っ込み、す
っきりとしたウエスト
がキープ。植松先生に
よると、これは内臓の
位置が正しい場所に戻
り、基礎代謝が上がっ
たからだという。●次
にG英が向かったのは
丸の内のココファリ
イ。近藤さんは「重量

感とは、リンパの流れが滞っている
ことが原因。流れをよくすること、
あとはお腹回りの筋肉運動をさせれ
ばすっきりするはず」。施術はこち
らも全身。脚、頭、デコルテなどを
マッサージすることでリンパの流れ
を促進したら、背中とお腹に重点を
置く。まず、背中の肉を外へと流し、
脇腹も念入りに揉み込む。そしてお
腹は人差し指を顔側、親指を下半身
側に置いて縦につまみ、余分な肉を
揺らしながら燃焼させていく。施術
後G英は、あばら骨の下と脇に、今
まで埋もれていたスジが入ったのを
発見。ウエストが確実に締まっている。
筋肉運動で仕上げるという方法
は正解のようだ。

感とは、リンパの流れが滞っている
ことが原因。流れをよくすること、
あとはお腹回りの筋肉運動をさせれ
ばすっきりするはず」。施術はこち
らも全身。脚、頭、デコルテなどを
マッサージすることでリンパの流れ
を促進したら、背中とお腹に重点を
置く。まず、背中の肉を外へと流し、
脇腹も念入りに揉み込む。そしてお
腹は人差し指を顔側、親指を下半身
側に置いて縦につまみ、余分な肉を
揺らしながら燃焼させていく。施術
後G英は、あばら骨の下と脇に、今
まで埋もれていたスジが入ったのを
発見。ウエストが確実に締まっている。
筋肉運動で仕上げるという方法
は正解のようだ。