

ALLアプローチ協会



メルマガ登録5つの大きなメリット配布

メリット①

「筋膜テクニック、内臓治療、頭蓋仙骨療法のための解剖生理学、経絡マニュアル」無料プレゼント

メリット②

「筋膜テクニック、内臓治療、頭蓋仙骨療法のための解剖生理学、経絡マニュアル」解説動画

メリット③

患者様にすぐさま実践できる豊富な栄養学知識ファイル無料プレゼント

メリット④

栄養学知識解説動画プレゼント動画プレゼント

メリット⑤

1年に1度行うALLアプローチ協会無料セミナー招待(メルマガ登録者限定!!)

メルマガ登録誠に有難うございます。メリットの中にはプレミアムコースの内容も少しではありますが入っておりますので臨床に取り入れていただければと思います。

「筋膜テクニック、内臓治療、頭蓋仙骨療法のための解剖生理学、経絡マニュアル」 もくじ



第 1 章:筋膜テクニックに必要な筋・筋膜知識を解説。

第 2 章:内臓治療のための生理学や反射点、経絡などを解説。

第 3 章:頭蓋仙骨療法を習得する前に必要な知識について。

第 4 章:すぐさま実践できる栄養学知識ファイル無料プレゼント。

第 5 章:1 年に 1 度行うALLアプローチ協会無料セミナー招待

ALLアプローチ協会理念

①私たちの使命は、我々自身が日々成長と進化を通じて世界中のセラピストに真の治療技術を提供していく。それにより、世界中の患者様が健康・幸せ・笑顔を手にとけると同時にセラピスト自身が貢献という幸福感を感じてもらうことである。

②予防医学としては、人間本来が持つ自然治癒力が最大限発揮できるよう我々スタッフ一同が全力でサポートしていく。その結果、世界中の人々が健康となることが最大の社会貢献であり常に全力で注いでいく。



第1章:筋膜テクニックに必要な解剖生理学を解説。

筋膜リリースや筋膜はがしによる治療をするセラピストが非常にここ最近増えている印象があります。そもそも腰痛や肩こりの原因が筋膜にあり、筋膜のしわ・たるみ・癒着が問題であることが非常に多いです。

筋膜は、筋肉の一部であり筋膜と筋肉自体のアプローチが必要な事をここで解説しています。

筋膜は、ラテン語の *fascia* を日本語にしたものです。ファシィア（フェイシャ）と発音するラテン語は物を包んだりする帯を意味します。

Fascia は、日本語でいう筋膜にとどまらず内臓の膜・骨を覆っている骨膜・関節を連結している靱帯や筋肉を骨とくっつける腱までも含まれます。

筋肉に関する筋膜だけでも、筋内膜・筋周膜・筋外膜・筋上膜といった種類があります。

後は、浅筋膜と深筋膜の解説も必要になってきます。

ここから、筋膜の種類に関して解説させていただきます。



・浅筋膜とは…？（皮下筋膜）

皮下組織のなかに存在して全身を覆う最も浅層の筋膜です。

浅筋膜は皮下組織の中に存在しており、皮下筋膜とも呼ばれています。血管が存在しない透明で弾力性のある疎性結合組織で構成されています。

深筋膜と浅筋膜の移行領域は固有受容性神経終末が高密度に存在しており、赤筋の約 10 倍とも言われている。

そのため、筋膜は人体の中でも有数の感覚器官となっています。

・深筋膜とは…？（腱膜筋膜）

浅筋膜の下に位置して筋を連結して全身を覆う膜

深筋膜は浅筋膜のすぐ下に存在しており、腱膜筋膜とも呼ばれます。浅筋膜と同じく疎性結合組織で構成され、筋を連結しながら全身を覆っています。

厚さは約1mmで、斜め・縦・横方向の 3 層構造になっていて、各層の間にヒアルロン酸が分布していることで滑らかな動きを実現しています。

深筋膜には筋外膜から筋繊維の一部が入り込んでいるため、どちらか一方に障害が起こると問題が派生していくことになります。

深筋膜は基本的に丈夫な構造ではありますが、一度歪みが生じると治りが悪く、離れた部位まで影響を与えます。



・筋外膜とは…

複数の筋周膜を包んで筋肉を覆う膜

筋実質を包んでいる膜です。

筋外膜は筋肉の中に入り込んで筋束を包む筋周膜と連結し、さらに筋周膜は筋の束に入り込んで筋繊維を包む筋内膜とも連結します。

・筋周膜とは…

複数の筋内膜を包む膜

・筋内膜とは…

複数の筋原線維を包む膜

筋膜リリースとは？

私の言葉でまとめさせていただくと、筋膜リリースとは筋膜を異常な状態から正常に戻すための技術です。

皆さんに知っていただきたいのは、筋膜が正常ではない状態を知って欲しいです。

【筋膜が正常ではない状態とは？】

①癒着の状態:潤滑剤の凝縮化による膜間の滑走性不良

(筋膜リリースの適応○)

②筋膜が硬くなる:細胞外基質中における糖たんぱく質の脱水と繊維の高密度化による膜の圧縮

(筋膜リリース適応○)

③筋膜が別の組織に変化:組織炎症や慢性炎症、「癒着」と「硬化」の慢性化による膜の変性

(筋膜リリース不適応× 元に戻せません)



・筋膜リリースの目的

✓潤滑剤を元に戻して膜同士の滑走性を取り戻す

✓繊維の高密度化と基質のゲル化を解消して膜の伸縮性・弾力性を取り戻す

以上のことを踏まえて筋膜治療をして頂ければと思います。

筋膜治療公開↓

筋膜治療①【腕橈骨筋調整】

<https://www.youtube.com/watch?v=3rQJ-YJt2jE>

筋膜治療②【ヒラメ筋調整】

<https://www.youtube.com/watch?v=20PZghX4TDk>

筋膜治療③【大腰筋触診・治療&横隔膜治療】

https://www.youtube.com/watch?v=DapYgvjS_lc

<https://www.youtube.com/watch?v=Of8NGwsOIec>

筋膜治療④【顎二腹筋・後頭下筋治療】

<https://www.youtube.com/watch?v=mo7k5I54NV4>

筋膜治療⑤【大臀筋・仙腸関節治療】

<https://www.youtube.com/watch?v=9A80r-AxoXc>



第 2 章:内臓治療のための生理学や反射点、経絡などを解説。

■肝臓の反射点や治療に必要な知識とは？

反射点

- ①右母指の水かき
- ②第 2 肋骨中央
- ③アキレス腱移行部
- ④右上腕内側

肝臓評価すべき点について

- ・ 胸郭の硬さ：肝臓は後下方に変位しやすく肝臓の硬さが胸郭の硬さにつながります。治療の前に胸郭の硬さを評価してみましょう。
- ・ 大腰筋上部をチェック。肝臓は、大腰筋上部との関連性が非常に高いです。
- ・ 肋骨弓や鎖骨の位置もチェックしましょう。アライメントチェック。可動域もチェックしましょう。（肩関節や体幹）
- ・ 肝経の井穴の硬さをチェックしましょう。肝経は、DFL（ディープフロントライン）の筋膜に関係する。

肝臓の解剖学

肝鎌状間膜：肝臓の上面で左右に分かれて横隔膜の下面を覆う腹膜と合流。肝円索（←臍静脈）を入れる

肝冠状間膜：三角間膜と一体となって横隔膜と連結する

小網：肝胃間膜+肝十二指腸間膜+（肝食道間膜）

肝腎間膜：右腎に至る 動画で解説↓

https://www.youtube.com/watch?v=nUD_wuhmR6Y

肝臓の生理学

肝臓役割を大きく分けると5つに分かれます。

- ①解毒
- ②エネルギー代謝
- ③貯蔵
- ④胆汁の生成
- ⑤循環

この役割を理解することで、生理学的に患者様の訴えを理解し、問診や思考に役立てることが出来ます。

①解毒

アルコール分解（アルコール脱水素酵素・アセトアルデヒド脱水素酵素）

アンモニアを尿素に変えて排出する。

薬物・添加物・化学物質（第一層解毒システム：シトクロムP450 第二層解毒システム：抱合反応）

など体内に入った化学物質を酵素の働きで体外に排出できる状態にする。

②エネルギー代謝

糖質・脂質・炭水化物を代謝して、体の中で使えるエネルギーに変換する働き

③貯蔵・合成

グリコーゲン・タンパク質・脂肪を合成、貯蔵、分解し必要に応じてエネルギー源として送る（この代謝によって発生する熱は、体温の維持に役立つ）ビタミン貯蔵・合成

④胆汁の生成

胆汁成分＝胆汁酸・ビリルビン・コレステロール、リン脂質、脂肪酸

胆汁は肝臓で老廃物から合成されますが、消化においては胆汁酸が脂肪を乳化することで腸液内のリパーゼの働きを促し、脂肪の吸収をサポートもします。

ビリルビンはヘモグロビンの老廃物（ヘム鉄+グロビタンパク＝ヘモグロビン）グロビタンパクをビリルビンとして排出する。ビリルビン排出がうまくいっていないと黄疸が出る。

⑤循環

心臓を含め、肺・腎臓・肝臓が一連の流れとして循環を作っています。

心臓に入る血流の抵抗を前負荷・心臓から出ていく血流の抵抗を後負荷といますが、心臓の働きが低下していると肝臓から心臓へ送る血液の流れが滞ることで肝臓自体の血流も低下していきます。

また心臓から血液を出していくのにも血管の抵抗が腎臓の水の排出機能や血圧調整機能が乱れていると心臓にとって後負荷となり、後負荷が慢性的に高まると結果的に前負荷を高めることになります。

●腎臓の反射点や治療に必要な知識とは？

反射点

- ①上肢→示指中手骨頭
- ②下肢→腓腹筋内側頭＋内側ハムスト停止部の合わさっている所
- ③肋骨部→第2肋骨の外側

腎臓生理学

腎臓の機能とは？

①排泄機能(解毒)

- ・尿を通して物質の排泄
- ・異物の排泄(薬物の排泄など)

※尿の色やにおいは体の状態がチェックできるので頭に入れておいてください！

②血圧の調整(レニン－アンギオテンシン－アレルドステロン系)

③ビタミンD3の活性化

④PH調整

⑤ホルモンの生成(エリスロポエチン、レニン、プロスタグランジン)

●消化器と腎臓の関係とは？

腎臓には「消化器の腎臓」という呼び名もあります。

名前の由来としては、消化器が右腎臓に大きな影響を与えることからつけられています。

右腎臓に影響を与える主な臓器は、肝臓と上行結腸と言われている。

左腎臓ではないですよ！

右の腎臓は、左の腎臓より下垂しやすいことで有名です。

右腎臓が下垂しやすい理由

- ①肝臓がより強く下に押してくるため
- ②右側の方がトルツ靱帯が弱い
- ③左結腸曲の方が強く固定されている

他にも十二指腸の機能障害を受けたり(構造的に近い)上行結腸の圧迫(肝臓の圧迫による二次的な意味合いが強い)、小腸の下垂から腎臓がうっ血することもある。

他にも「生殖器の臓器」という名前もあります。

これは、左腎臓が卵巣/精巣静脈に大きな影響を受けることからつけられています。

このつながりが左腎下垂につながっています。

左卵巣/精巣静脈は、左腎静脈に入ってから下大静脈に入るため影響を受けやすい。

右卵巣/精巣静脈は直接、下大静脈に入る。

ゆえに左腎臓は、うっ滞症状を生殖器の影響で起こることが多い。

他にも結腸が悪影響を引き起こすこともあるので、注意が必要！

●心臓の反射点や治療に必要な知識とは？

反射点

①左母指球中央

②下肢腓腹筋アキレス腱移行部（左）

③体幹左第 2 肋骨中央

④上腕内側

⑤胸椎 1 番

心臓生理学

- ・心室中隔によって右心、左心に分かれている
- ・右心と左心には、それぞれ心房と心室があり房室弁で隔たれている
- ・体内の血流は、上下大静脈を通して右心房に流入する。上大静脈は上肢＋頭部領域からの血を集める中心的な静脈です。下大静脈は、腹部、骨盤、下肢からの血液を運搬する
- ・呼吸によって心臓の高さに変化があり呼息時にはT10 の高さ(心臓最下点)、吸息時には椎骨半分ほど下方に移動あり
- ・心臓は、安静時に体全体の約 10 パーセントを消費し身体活動時には最大 40%酸素を消費する
- ・心臓自体の酸素消費では 75%を冠状動脈で消費するため、酸素の需要が高まっている場合は循環を高める必要あり

【心臓の靱帯・筋膜連結】

- ・上胸骨心膜靱帯:胸骨上端と心膜をつなぐ靱帯
- ・下胸骨心膜靱帯:胸骨下端と心膜をつなぐ靱帯
- ・横隔心膜靱帯:横隔膜と心臓をつなぐ靱帯
- ・椎骨心膜靱帯:T3～T5 レベルの椎体から心膜をつなぐ
- ・大動脈・血管が心臓を支える
- ・蝶形骨から垂れ下がる頬咽頭筋膜・翼状筋膜・気管前筋膜が心膜につながることで蝶形骨から心臓がぶら下がっているような構造を作る。
- ・ディープフロントライン(DFL)として椎前筋膜、咽頭縫線、斜角筋、内側斜角筋筋膜が後頭基底部にから心膜についていることで後頭骨からぶら下がるような構造

●肺の反射点や治療に必要な知識とは？

反射点

- ①C 2, 3（第 2, 3 頸椎）（※第一頸椎でも緩みます）
- ②鎖骨中央
- ③胸椎であれば、胸椎 2 番 1 横指左（左肺） 胸椎 3 番 1 横指右（右肺）
- ④第 2, 3 中手骨の間、右手であれば右肺 左手であれば左肺
- ⑤下腿外側（上部）

肺の解剖学

①左の肺は胸郭が心臓の一部を心臓が占めているので、左肺の方が小さいです。肺胞は、3～4 億個の肺胞があるとされておりガス交換を行っています。肺を囲む肺胸膜は、肺が摩擦なく運動したり固定されたりできるよう、極めて重要な役割を果たしています。

②肺の位置としては、左右ともに第一肋骨の 3 センチ上から胸椎の 12 番まであります。

右肺に関しては、肝臓によって頭側に押し上げられているため全体に左肺の方が右肺よりもやや下方に位置します。

肺の生理学

肺循環では、立位の時と臥位では血液の供給量が違います！

特に肺尖より肺底のほうが立位の時は、血液量が多いです。

呼吸調整は、主として血中の二酸化炭素と酸素、phレベルの測定によって行われます。

・呼吸を刺激する要因の紹介

①筋活動

②寒暖

③体温の変化

④痛み

⑤血圧低下など

【肺の機能をおさらい】

① 呼吸器系の機能を持つ

② 免疫機能の役割を持つ

③ 皮膚、鼻、気管支、喉をコントロール

④ 体液代謝機能を持つ

⑤ 発汗による体温調節機能を持つ

【肺治療すべき症状・疾患】

①免疫系疾患

・花粉症

・アトピー

・アレルギー

・リウマチ

・ガン

・肌荒れ

・風邪など

②呼吸器疾患

・風邪

・肺炎

・閉塞性、拘束性の疾患系など

・くしゃみ、鼻水、嗄声、喉のかゆみなども入れることにする

③精神疾患

・うつなど

●脾臓の反射点や治療に必要な知識とは？

反射点

・左母指水かき

- ・左恥骨
- ・胸椎 8 . 9

脾臓の生理学

白脾髄とは……免疫に関与。特定のウイルスや細菌を防御する。

赤脾髄とは…赤血球の異常を感知し破壊したりする。するとビリルビンが出るんですが、胆汁の原料になります。

肝臓と脾臓は、脾静脈(門脈の一部)でつながっておりますのでビリルビンが送られます。

【脾臓機能低下における影響とは？】

脾臓は、免疫と血液に関与します。

脾臓の機能としては

- ① 免疫機能:B, Tリンパ球の成熟、形質細胞に関与しウイルスや細菌、大気汚染、アレルギー、電磁波などに対応します。
- ② 赤血球の破壊や造血など

例えば、アレルギーや大気汚染、たばこなどが悪影響になります。

●副腎の反射点や治療に必要な知識とは？

反射点

- ①ふくらはぎ中央部（カーフサインともいわれている所）
- ②右母指球中央部

※カーフサインとは…内臓の状態がふくらはぎの硬さとして現れる東洋医学的な言葉

【カーフサイン一覧】

- ①副腎……腓腹筋中央部
- ②腎臓……腓腹筋と内側ハムストの癒着ポイント
- ③肺……腓骨筋上部(腓骨頭やや下)
- ④心臓……左アキレス腱移行部
- ⑥ 肝臓……右アキレス腱移行部

副腎生理学

副腎皮質ホルモンが3つ紹介

- ・アドレナリン

ドーパミンから作られ不安や恐怖などの感情になると、各臓器へ作用し痛覚の閾値を上げたり

血糖値や血圧を上げて対応しようとします！ストレスが来るとこのホルモンが上記のように働きます！

- ・ノルアドレナリン

アドレナリンから作られます！アドレナリンと作用は一緒ですが、神経伝達物質として脳で作用し集中力ややる気を出してくれますね！これがないと、うつ病や無関心になってしまいます！

- ・コルチゾール

アドレナリン、ノルアドレナリンと一緒にストレスに対し反応しますが、ホルモンバランスの調整を行います！

【副腎疲労の症状って何？】

- ・血圧異常
- ・体重減少
- ・集中力低下・無気力・無関心
- ・浮腫み
- ・眠れない
- ・抜け毛
- ・塩分を好む
- ・脂肪の増加など

【副腎疲弊する原因とは？】

- ・ストレス
- ・カフェイン
- ・たばこ
- ・添加物
- ・糖質
- ・睡眠低下
- ・塩分が多い
- ・アレルギー

【副腎疲労に対応する積極的に摂取しなければ行けないビタミンは？】

ビタミンB・C

膵臓の反射点や治療に必要な知識とは？

反射点

- ・ 上肢：右手の母指球中央
- ・ 肋骨：左第 3 肋骨内側
- ・ 脊柱：T h 8 棘突起より 1 横指左右（左：膵尾 右：膵頭）

膵臓生理学

膵臓は第 1 腰椎～第 3 腰椎の高さで脊柱の前にある

膵尾は、第 11 あるいは 12 肋骨の高さで脾臓に突き刺さるようにして終わります！

【膵臓には数多くの機能があります！】

■膵臓外分泌……消化で働きます！

- ・ 膵液が 3 大栄養素（たんぱく質・脂質・炭水化物）を消化・分解してくれる消化液。
- ・ 1 日に 1 リットル～1, 5ℓ 出ていると言われております！

この膵液などの消化液が出ることで、食べたものを低分子化することができる。

低分子化することで腸で吸収することができる。

【消化について】

- ・ 炭水化物：アミラーゼ（唾液からも分泌）⇒でんぷん⇒ブドウ糖
- ・ たんぱく質：トリプシン⇒ポリペプチド⇒アミノ酸
- ・ 脂質：リパーゼ⇒トリグリセリド（中性脂肪）⇒脂肪酸

■膵臓内分泌……ホルモン系の働きに作用します！

- ・ グルカゴン（ α 細胞から）やインシュリン（ β 細胞）というホルモンを出します！
- ・ グルカゴン…血糖値を上げるホルモンです！
- ・ インシュリンは、唯一血糖値を下げるホルモンと言われております！

内臓治療 解説動画【同調 共鳴などについて】

<https://www.youtube.com/watch?v=oUrNGNAF7iQ>

内臓治療の注意点

<https://www.youtube.com/watch?v=CsGwbKbMaJQ>

遠隔で内臓治療

https://www.youtube.com/watch?v=_k8vRThUHuQ

経絡で内臓調整

<https://www.youtube.com/watch?v=pE19a5mo3yk>

第3章:頭蓋仙骨療法を習得する前に必要な知識について。



【脳脊髄液の流れについて】

産出: 側脳室、第3脳室、第4脳室の脈絡

流れ: 側脳室→モンロー孔→第3脳室→第4脳室→マジランディー孔→ルシュカ孔→くも膜下孔→くも膜下腔

吸収: 静脈（上下矢静脈洞、直静脈洞、横静脈洞）、外側裂孔のくも膜顆粒

【脳脊髄液について】

特徴

- ・1日3～5回入れ替わる
- ・全130m

【役割】

- ・中枢神経の緩衝作用
- ・中枢神経の栄養
- ・神経伝達
- ・自然治癒能力

【頭蓋仙骨リズム】

- ・1次呼吸とも呼ばれる
- ・1分間に6～13回のサイクル
- ・1サイクルは屈曲相（呼出期）と伸展相（吸収期）からなる

屈曲相: 頭蓋骨の左右が拡大、仙骨後傾、下肢外旋

伸展相: 頭蓋骨の前後が拡大、仙骨前傾、下肢内旋

【硬膜による頭蓋骨と仙骨のつながり】

特徴

脳硬膜→大後頭孔（後頭骨～第 2, 3 頸椎にも付着）→第 2 仙椎まで

【頭蓋骨と内臓の関係】

- ①前頭骨；肝臓（左右）
- ②側頭骨：腎臓（左右）
- ③後頭骨：脾臓（左）小腸（右）
- ④頭頂骨：副腎、子宮
- ⑤頬骨：膵臓（膵尾→右 膵頭→左）
- ⑥上顎骨：肺
- ⑦蝶形骨：心臓（右は横隔膜付近）

頭蓋治療 解説動画↓

【頭蓋仙骨療法の目的とは？】

https://www.youtube.com/watch?v=YI_jossCe0g

【頭蓋治療について】

<https://www.youtube.com/watch?v=lgvJChjYnIg>

【頭蓋治療と内臓の関係性】

<https://www.youtube.com/watch?v=NB0hNF1yALg>

【肝臓リフト・頭蓋同時治療】

<https://www.youtube.com/watch?v=5ENLc0dqemQ>

【頭蓋治療まとめ】

<https://www.youtube.com/watch?v=G2U9uyIvrSI>

第4章:すぐさま実践できる栄養学知識ファイル無料プレゼント。

HPからダウンロードできますので、そちらからダウンロードしてください。

【脂肪と炎症について】

<https://www.youtube.com/watch?v=YSFio2muujk>

【肝臓機能の解毒を理解する】

<https://www.youtube.com/watch?v=nMVMCA4ys2c>

【酵素ドリンクって何？】

<https://www.youtube.com/watch?v=BNjoIZBeltI>

【糖化の恐怖】

<https://www.youtube.com/watch?v=GwUr0HrLdJ0>

【ミネラルについて】

https://www.youtube.com/watch?v=spxl_fxE5oA

【腸内細菌について】

① <https://www.youtube.com/watch?v=1zbk3U2rz28>

② <https://www.youtube.com/watch?v=RbQ9-OQrYHo>

【内臓治療における栄養学】

<https://www.youtube.com/watch?v=1TlQom6rwbU>

第5章:1年に1度行うALLアプローチ協会無料セミナー招待

ALLアプローチ協会は、本来無料セミナーを開催しません。ですが、日頃の感謝も込めて1年に1回いつもメルマガをご覧になっている方限定でメルマガ登録者のみ無料セミナーを開催致します。メルマガ配信解除した場合は、セミナー招待行えませんのでご了承ください。

一般社団法人 ALLアプローチ協会代表 山口 拓也

経歴

- ・手術が必要と言われた患者様をことごとく改善させている
- ・作業療法士が24歳で独立起業、週末開業で110万達成する
- ・24歳で本開業し毎月安定して100万以上達成している。
- ・24歳でALLアプローチ協会を設立
- ・インフォビジネスで技術セミナー協会を代表の立場で運営
- ・24歳でNLPの資格を取得し自費で整体院とインフォビジネスを行っている

保有資格

- ・作業療法士(国家資格)
- ・ファスティングマイスター
- ・全米NLP、日本NLPプラクティショナー認定
- ・LABプロファイルプラクティショナー認定



協会運営理念

①私たちの使命は、我々自身が日々成長と進化を通じて世界中のセラピストに真の治療技術を提供していく。それにより、世界中の患者様が健康・幸せ・笑顔を手にとけると同時にセラピスト自身が貢献という幸福感を感じてもらうことである。

②予防医学としては、人間本来が持つ自然治癒力が最大限発揮できるよう我々スタッフ一同が全力でサポートしていく。その結果、世界中の人々が健康となることが最大の社会貢献であり常に全力を注いでいく。

代表・スタッフの心構え

- ・常に模範となるようなセラピストであれ
- ・素直に楽しく毎日を生きろ
- ・己が誰よりも努力をせよ
- ・治せない患者様なんていない
- ・日々行動し毎日チャレンジし続けろ

山口拓也