

# 鍼・耳ツボで穏やかにやせる

食欲を制する者はダイエットも制する！ とはいっても、それがいちばん難しい。そこで飛び込んだのが、鍼でツボを刺激してやせると評判の治療院。果たして効果のほどは？

## 中国鍼

使用する鍼の太さは日本式施術の約8倍。挿入する深さは3cm以上。マッサージの後、ツボの両側に4本打ち、3~4セット繰り返す。

食欲を抑え、低血糖時に皮下脂肪が燃える体に変身！

人間は血糖値が下がるとおなかですいた、と脳に伝達信号を送ります。すると胃酸が分泌され、何か食べ物が欲しくなる。これが、食欲のわくメカニズムです。美的世代は、毎日の仕事や人間関係のストレス、生活習慣の乱れ、運動不足などによって、自律神経の働きが乱れがち。食べても食べても満足感が得られなかったり、過食や拒食という形で弊害が表れる人も少なくありません。

「この食欲のメカニズムを利用して、中国式の鍼で大脳の働きを刺激。すると、食欲を抑えて、血糖値が下がったときには、自動的に皮下脂肪を燃焼させます。だから自然にダイエットにつながるのです」と「Hurri」の王厨青さん。この体への鍼は食欲を抑えるだけでなく、代謝の低下やホルモン異常など、肥満のさまざまな原因をとり除き、体全体を本来のありさまに戻してくれるのです。

イタイ！のに来訪者が続々  
Hurri ハリー



体の数か所に鍼を。1時間後には体が軽く！

「鍼を打つだけでやせるらしい」そんな口コミ情報で人気なのが、東京・青山にある「Hurri」(ハリー)。ここはもとも鍼灸院で、その中国鍼による食欲抑制効果が話題となり、ついに昨年、中国式ダイエット鍼専門として独立した治療院。メニューは、7500円のダイエット鍼のみ。体全体を診て、背中や腹、足や指など、その人の体調と太り方に合ったツボに鍼を刺し、太った原因を解消します。

この中国鍼に挑戦した関川直子さんはかなりの便秘症で、足のむくみなどによる、典型的な下半身太りなのが悩み。鍼灸では「食べすぎで腸の中が詰まっている」と先生が診断ささく、便通と腸の働きを促す鍼を打つことに。実はこの中国鍼、少々痛いのが特徴。

ツボに鍼が当たる度に関川さんは「痛い！」と思わず声が。ところが数か所に鍼を刺し、しばらく置いてまた別の場所に刺し...を繰り返していると、腸がグルグル...固かったおなかや緩やかになった様子で、1時間の施術後には、むくみも解消されたようでした。

### DATA

#### Hurri

東京都港区南青山2-7-17 青山安念ビル7F  
☎03-3404-8899 @11:00~20:00 ⑧日曜  
要予約 施術室5室 診察室有 料金/中国式  
鍼ダイエット¥7,500(約1時間)。回数券10回  
¥60,000。6月中は日中の施術5回¥20,000。



施術してくれたのは  
川本頼子先生

「関川さんには、便秘と足のむくみに効くツボの組み合わせで鍼を打ちました。痛いのは効いている証拠。体のコリもとれますよ」

### 私が体験しました！

関川直子さん(会社員)

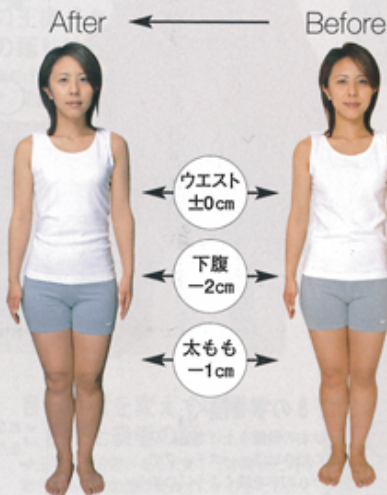


「1週間便通がないときもあり、常におなか張って苦しい状態。中国鍼は痛かったけど、施術の後は腸が活発になったみたい。2日続けて打ってもらったら足のむくみがとれ、体も軽くなりました」

当日/今日の食事は野菜スープがまん。少し飲んだだけで満腹に。便通はなし。2日目/朝、鍼治療を行う。昨日からスープのみだけど空腹感なし。便通もまだなし。3日目/便通あり。毒素が抜けたようで快調。

今回試したコースの感想

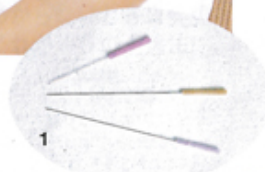
痛さ	無 ●●●● 痛
所要時間	短 ●●●● 長
金額	低 ●●●● 高



#### 鍼 2 回の変化

体重	±0kg
体脂肪率	-4%

便通は3日目にあり。体重の変化はなかったものの、水分代謝がよくなったせいでトイレが近くなった。体脂肪はなんと4%減！座りっぱなしの仕事のせいで循環が悪く、常にむくんでいた下半身が確実に細くなったよう。



1 鍼の長さは3~8cm。ツボの深さによって使い分ける。2 3 鍼を打つ瞬間はチクッとくるだけだがその後グリグリと深部へ押し込まれると鈍痛が走る。皮下脂肪が厚い人は、8cmも挿入されたケースもあるとか！完ぺきなダイエットのためには最初の1週間は連日施術し、その後は週に2回が理想。金額と痛みの勝負になりそう。

