

## 赤ちゃんとママのための食育通信クラス 第2回目

### 自然派育児おすすめコーナー!

#### 「小児鍼のすすめ」

##### ◆小児鍼のすすめ

主に大阪地方で発達した子どものための鍼で、大正時代以降次第に普及するようになったもの。

生後1ヵ月から12歳に適用できる治療で、

大人の鍼治療とは異なり、小児鍼は体に鍼を刺すことはありません。

なので痛いものではなく、マッサージに近いです。

専用の鍼で皮膚の表面をやさしくさすることで精神的にリラックスさせ、

脳ストレスを解消することで健やかな発育を促し、元気で健康な体を作るための全身治療です。

主に小児の治療に使うもので、

写真中央部の細い棒状の鍳鍼（ていしん）での治療が

主になってきています。



●家庭ではスプーンを使ったのマッサージも可能です。

スプーンを手で温めて、とんとんと首から背中への回りへマッサージしてあげるだけでも、

手を当ててあげるだけでも、温湿布を当ててあげるだけでも効果があると言われています。

スプーンマッサージや手当、温湿布、いずれも簡単な方法です。

## ●小児鍼の適応症

主にこんな症状に効果がありますが、心身の調和を図り、治癒力を高めることが目的となります。

- ・夜泣き・おねしょ・食欲がない・下痢・便秘・風邪症状、疳の虫
- ・アレルギー疾患（アトピー、小児喘息、鼻炎、花粉症、小児湿疹など）

意外にたくさんの方に適応している小児鍼。

東洋的な判断も仰げる場所として、

病院だけではない選択肢のひとつとして、経験できるといいと思います。

信頼できる鍼灸師さんをぜひ見つけてくださいね。

私の住むエリア（神奈川県川崎市周辺）では

東急東横線日吉駅から徒歩 2 分にある「長尾鍼灸院」さんがおすすめです。

- 長尾鍼灸院ホームページ <http://www.nagaohari.com/shouni.html>