

指圧

肩凝り・頭痛持ちのソイソース 記者が、指圧を初体験！

35を過ぎてから、坂道を転がるように身体
のあちこちが痛むようになった私。そんな私
が指圧の取材に飛びついたのは言うまでもな
い。今回は、シアトル・ダウンタウンから徒
歩圏内の瀟洒なホテル、ソレントホテル内に
指圧治療院を開く、森保夫先生を訪ねた。

幼少の頃から、指圧師の母親より指圧の手ほ
どきを受けてきたという森先生は、米国では74
年に開業以来、ワシントン大学やマッサージ学
校で教鞭もとり、指圧をアメリカ人に啓蒙して
きた、この道30年のベテラン指圧師。

和洋折衷センス良く飾られた待合室で、笑
顔を絶やさない森先生とお話した後、浴衣
に着替えて、畳の部屋へ。マットレスの上に寝
そべると、その上から薄い毛布がかけられ、指
圧がスタート。雑談をしながら、ツボが集中す
る足をゆっくりもんでもらうと、身体がたち
まちリラックスしていくのが分かる。その後、
指先から手のひら、腕のツボをマッサージし
ながら押しもらうと、これがまた最高に気
持ちいい。普段から痛む頭や首、肩、背中
は、ツボを強めに押しもらって極楽、極楽。指
圧の後には、体中がポカポカ温まり、軽く運動
した後のような爽快感。

身体と心は直結しており、指圧は、「気」の
流れを良くすることで、身体の痛みと心の痛
みの両方を和らげ、心身ともに調子を整える
ものだと語る森先生。その言葉通り、森先生
は指圧を中心に、来院者の悩みや健康相談に
耳を傾け、食生活指導や心身ともに病気に



Photo by Hirano, Daisuke

ツボが集中する足の指圧。
気持ちいい！

にくい身体作りの手助け
を行っている。また、
肩凝りや腰痛のほか、
ストレス、不眠症、
自律神経失調症、慢性
の胃腸病、不妊症など
の相談にも乗っている
そう。

治療費は通常、45～
60分で95ドル、75分
で120ドル、90分
で150ドルとなっている

が、初回の方は55ドル（30分）で指圧を受付
中。痛みを和らげ、心身ともにリラックスした
いという方は、ぜひ一度お試しを。

Yasuo Mori, LMP

Sorrento Hotel, 900 Madison St., Seattle



まさにツボを押しさえた森先生の指圧に、思わずウトウト

ソレントホテル1階（フロントを通り越した左手奥）
要予約
☎ 206-464-0757
www.shiatsuyasuomori.com