

活法を考える

柔道整復師は柔術の殺・活法の活法をベースに
与えられた免許である
では活法とはどのような事なのか

1

はじめに

この道に入り先輩の手技療法を見よう見まねで
その日その日を送っていた。

ある時 柔整専門学校で柔整は活法理論で人の怪我や病気を
治しているのだと聞いた。

では！活法とは何か？それを説明してくれる書籍も先生も
納得できる回答は約10年間見つからなかった。

答えは簡単“コロンプスの卵”であった。

以下それまでの経緯をお聞き下さい。

2

予備知識としての 単語説明

骨折とは
外力・形状・単体・複雑・複数・原因等分類より呼称が違ふ
組織とは
上皮組織・結合組織・支持組織・筋組織・神経組織・
呼吸とは
肺呼吸（外気を取り込む外呼吸）・組織細胞呼吸（血液循環による内呼吸）
蘇生とは
半壊死・仮死状態の身体、組織の再生させる事
活法とは
身体・組織を壊死・半壊死・仮死状態にする技
活法とは
半壊死・仮死状態の身体・組織を蘇生する技
徒手とは
機械、道具を使わず**素手**にて行う技 手技療法、施術・徒手体操

3

元港区支部長 鈴木博光 氏により活法開眼

▶ 港支部研究会に招かれ、活法を研究していた鈴木博光氏の講演を
▶ 聞いて活法の根本原理が解りました。

講演の内容

柔道整復術原理の要素を成した三偉人（鈴木氏独断と偏見と断りあり）

嘉納治五郎は「心」・磯 又右工門は「技」・三浦楊心は「体」を
挙げ各人の説明と柔道を解き、整復術への転用を解いた内容であった
特に彼の凄いのには皮膚・自律神経は外肺薬性であると発生学をも関連付
手技療法の正に哲学的講演であった。

4

手技療法の勧め

金井良太郎先生
東大の田代教授はドイツ留学帰国後「整形外科」を立ち上げ
金井良太郎先生はその医局で学び 昭和4年ドイツ、フランスに留学されて
おりドイツではマッサージの意義と重要性をホッパー教授から指導を受ける（**兼野先生**へ）
その後手技療法を業として柔道整復師を大切にしてくれ
自らの診療所では達察判を考案し柔整師に手技療法を当たらせた。

マッサージとはフランスで生まれた手技療法（Massageマッサージ）で
柔道整復師が行う場合「柔整マッサージ（柔整手技療法）」と言うべきである。

前田和彦先生（九州保健福祉大生命医科学部教授）
都柔整の研学会で前田先生をお招きして柔整とX線撮影を行うにはの講義を
受けた際 初っ端に言われたことは「柔整師は徒手にて診断・整備・固定・
施術を行う医療類似行為者でありますから技師免許を持っていても無理です」と

5

柔道整復術原理 の 哲学的 科学的考察

1997.8.2 於 健康全館

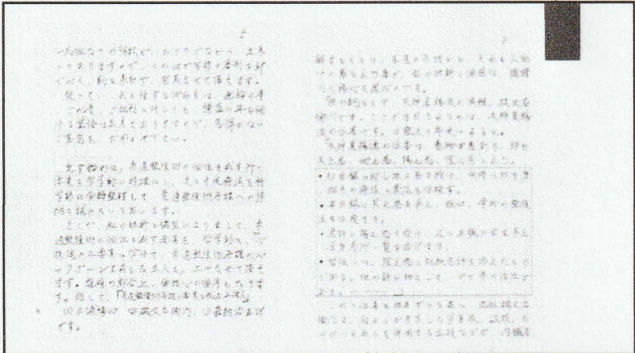
研究発表論文

港区 鈴木博光

この論文は、活法という、柔道整復術の
基礎となる重要な概念を、科学的、哲学的、
解剖学的観点から考察し、活法という
概念を明確に定義し、その科学的根拠を
明らかにした。活法という概念は、柔道
整復術の基礎となる重要な概念であり、
その科学的根拠を明らかにすることは、
柔道整復術の発展に大きく貢献する
と考えられる。活法という概念は、柔道
整復術の基礎となる重要な概念であり、
その科学的根拠を明らかにすることは、
柔道整復術の発展に大きく貢献する
と考えられる。

37年前

6



7

流派天神真楊流の由来

京楊心流を修め師の死後、真道流柔術の達人 本間丈右衛門に師事した
 紀州藩 岡山八郎治が諸國を遍歴し独自の工夫を重ね、江戸神田お玉が池に道
 場を開き開相となった。名を機又右工門源正足と改め流派天神真楊流柔術と
 して技術は124手、他に活・殺術も口伝し幕府の武術訓練所講武所の柔術
 師範も務めた。

講道館柔道の創始者 嘉納治五郎師範は最初に当流を集合されその奥義を応用
 し講道館の礎とした。

元祖 機又右工門源正足・二代機又一郎正光・三代機又右工門正智・四代八木
 寅次郎・五代酒本房太郎・六代久保田敏弘と現在も続いている

8

一月ノ教	一四七
二月ノ教	一四八
三月ノ教	一四九
四月ノ教	一五〇
五月ノ教	一五一
六月ノ教	一五二
七月ノ教	一五三
八月ノ教	一五四
九月ノ教	一五五
十月ノ教	一五六
十一月ノ教	一五七
十二月ノ教	一五八
正月ノ教	一五九
二月ノ教	一六〇
三月ノ教	一六一
四月ノ教	一六二
五月ノ教	一六三
六月ノ教	一六四
七月ノ教	一六五
八月ノ教	一六六
九月ノ教	一六七
十月ノ教	一六八
十一月ノ教	一六九
十二月ノ教	一七〇
正月ノ教	一七一
二月ノ教	一七二
三月ノ教	一七三
四月ノ教	一七四
五月ノ教	一七五
六月ノ教	一七六
七月ノ教	一七七
八月ノ教	一七八
九月ノ教	一七九
十月ノ教	一八〇
十一月ノ教	一八一
十二月ノ教	一八二
正月ノ教	一八三
二月ノ教	一八四
三月ノ教	一八五
四月ノ教	一八六
五月ノ教	一八七
六月ノ教	一八八
七月ノ教	一八九
八月ノ教	一九〇
九月ノ教	一九一
十月ノ教	一九二
十一月ノ教	一九三
十二月ノ教	一九四
正月ノ教	一九五
二月ノ教	一九六
三月ノ教	一九七
四月ノ教	一九八
五月ノ教	一九九
六月ノ教	二〇〇

9

活法	一
殺法	二
活法	三
殺法	四
活法	五
殺法	六
活法	七
殺法	八
活法	九
殺法	一〇
活法	一一
殺法	一二
活法	一三
殺法	一四
活法	一五
殺法	一六
活法	一七
殺法	一八
活法	一九
殺法	二〇
活法	二一
殺法	二二
活法	二三
殺法	二四
活法	二五
殺法	二六
活法	二七
殺法	二八
活法	二九
殺法	三〇
活法	三一
殺法	三二
活法	三三
殺法	三四
活法	三五
殺法	三六
活法	三七
殺法	三八
活法	三九
殺法	四〇
活法	四一
殺法	四二
活法	四三
殺法	四四
活法	四五
殺法	四六
活法	四七
殺法	四八
活法	四九
殺法	五〇
活法	五一
殺法	五二
活法	五三
殺法	五四
活法	五五
殺法	五六
活法	五七
殺法	五八
活法	五九
殺法	六〇
活法	六一
殺法	六二
活法	六三
殺法	六四
活法	六五
殺法	六六
活法	六七
殺法	六八
活法	六九
殺法	七〇
活法	七一
殺法	七二
活法	七三
殺法	七四
活法	七五
殺法	七六
活法	七七
殺法	七八
活法	七九
殺法	八〇
活法	八一
殺法	八二
活法	八三
殺法	八四
活法	八五
殺法	八六
活法	八七
殺法	八八
活法	八九
殺法	九〇
活法	九一
殺法	九二
活法	九三
殺法	九四
活法	九五
殺法	九六
活法	九七
殺法	九八
活法	九九
殺法	一〇〇

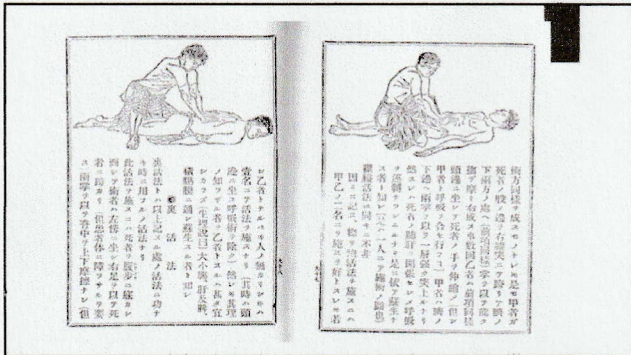
10

活法	一
殺法	二
活法	三
殺法	四
活法	五
殺法	六
活法	七
殺法	八
活法	九
殺法	一〇
活法	一一
殺法	一二
活法	一三
殺法	一四
活法	一五
殺法	一六
活法	一七
殺法	一八
活法	一九
殺法	二〇
活法	二一
殺法	二二
活法	二三
殺法	二四
活法	二五
殺法	二六
活法	二七
殺法	二八
活法	二九
殺法	三〇
活法	三一
殺法	三二
活法	三三
殺法	三四
活法	三五
殺法	三六
活法	三七
殺法	三八
活法	三九
殺法	四〇
活法	四一
殺法	四二
活法	四三
殺法	四四
活法	四五
殺法	四六
活法	四七
殺法	四八
活法	四九
殺法	五〇
活法	五一
殺法	五二
活法	五三
殺法	五四
活法	五五
殺法	五六
活法	五七
殺法	五八
活法	五九
殺法	六〇
活法	六一
殺法	六二
活法	六三
殺法	六四
活法	六五
殺法	六六
活法	六七
殺法	六八
活法	六九
殺法	七〇
活法	七一
殺法	七二
活法	七三
殺法	七四
活法	七五
殺法	七六
活法	七七
殺法	七八
活法	七九
殺法	八〇
活法	八一
殺法	八二
活法	八三
殺法	八四
活法	八五
殺法	八六
活法	八七
殺法	八八
活法	八九
殺法	九〇
活法	九一
殺法	九二
活法	九三
殺法	九四
活法	九五
殺法	九六
活法	九七
殺法	九八
活法	九九
殺法	一〇〇

11



12



13

鈴木氏は活法を外呼吸と内呼吸とに分けて考えた

外蘇生術 肺・心臓
襟活・惣活・肺入活・気海総活・裏活・他

内蘇生術 手技療法 徒手療法
徒手にて半壊死・半仮死状態の骨組織・筋肉組織を蘇生させる施術（骨折・脱臼整復も含む）

14

手技療法

軽擦部位

- * 当身急所部
- * トリガーポイント
- * 問診部
- * 湿布貼部
- * 溢血部
- * 筋膜結部
- * 筋膜紡錘
- * 起始停止筋腹

15

手技療法の分類

軽擦法・強擦法・圧法・揉捏法
震振法・叩打法

後療法に当たっての手技療法は圧迫法と圧擦法（以下軽擦法と謂う）のみで施療

16

鈴木博光氏の手技療法心得抜粋

柔道の試合などで見かけるかっ活法は外呼吸への蘇生術と言えるでしょう

骨折・脱臼の整復・後療法や筋膜等軟部損傷に対する手技施術を内呼吸蘇生と言えるでしょう

精力善用の応用
組織の生理・解剖・病理を熟知し、施療に当たっては患部の程度・原因・年齢・性別・体格を考慮し根拠ある施術をして下さい。

後療法に当たっての手技療法は軽擦法だけの施療で十分で、懸ける圧力は1g~5kg以内で行う。
（皮膚は髪の毛一本が触れても感覚受容器が反応し劇に伝わる事から）

骨折・脱臼整復に関しては別途に行う、今回は行わない。

因語された急所の損傷は治癒に長期を要するが、柔整師のトリガーポイントとして扱える

17

細胞は

- * 人間一人32兆とも64兆個とも言われるがこれは受精卵の学者による分裂回数の数え方の違いから来る。
- * 平均的な人細胞は20ミクロン程、この中にM数千個と分子を数百万個擁するだけの余裕がある。
- * 細胞は一部の例外を除いて構成要素は絶えず更新されて人間の全身どこにも9年以上経た部分は無いと言われている。（細胞レベルでは誰もが若者なのだ）細胞の新陳代謝と言う。
- * ヌーランド (N&S) は「1個の細胞に2万種類の蛋白質、その内の2千種類についてはそれぞれ5万個の分子が存在する等から蛋白質分子の合計は1億個を超える。この驚異的数字からして莫大な数の物体が密集して体内の生化学的活動を営んでいる」ことからいくら理解しやすくなるだろうと・・・
- * 「小体」の役割 そよ風が軽く頬を撫でたら「マيسナー小体」・熱い皿に手を触れたとしたら「ルフィニ小体」・パッチ小体は超微振動にも反応する。身体に張り巡らされたセンサー受容器で反射神経に繋がり、脳に伝わる。

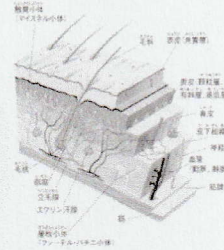
18

ミトコンドリア「M」

- * 血液循環中の酸素はMによって取り込まれる
- * Mの起源は外部から取り込まれた細菌だと考えられて独自の遺伝命令を保持し初代母親のDNAを保持している
- * 体内に摂り入れる食物や酸素は全て処理を経た後でMに渡されアデノシン三リン (ATP) という分子に変換され仕事をすとADPに変わる。
- * Mは標準的な細胞には約千個含まれ細胞の役割とエネルギーの必要量に応じて変化する

19

皮膚の構造



皮膚は人体で最も大きく融通の利く器官で働き目が無い。

中身を中身として保ち悪い物質は締め出し必要に応じて吸収し、又、体温調整を行う。

打撃を和らげ、触覚によって快感と温かさと痛みを伝え身体防御のセンサーとして働く

日光から保護するためのメラニンを作り酷使、損傷されれば自らを修復する

ヒトを可能な限り美しく見せ、命を守ってくれる

20

最新の骨の働き情報

骨は体に構造を与える支持組織であること
内臓を守り・血球を作り・化学物質 (主にCa) を貯蔵し・音を伝え (内耳) 以外でも

最近発見されたオステオカルシンが記憶力を高めたり気分を高揚させたりしている可能性もあるホルモンが骨で作られている、又 体中の重要な調節活動にも関わっているらしい。このホルモンが血糖値の調節の補助から男性の生殖能力の増進、気分への影響、記憶の正常な動作の維持なども含まれるという、定期的な運動がアルツハイマー病の予防に役立つ事にも長年の謎に説明がつきます。

骨折しても癒合し、運動に合わせた発達で丈夫になり丈夫な骨はオステオカルシンを産生する。

最も基本的な成分はコラーゲン (体内で一番豊富なタンパク質) でCaの沈着で骨組織となり筋肉中ではロープに似た動きをする繊維も作る (網状組織)

21

まとめ

人間の身体組織32兆個の細胞は一定以内の外気 (温度・湿度・気圧・光線) とから内気 (交感神経・副交感神経・多くのホルモン・酵素の働きと支配) によってバランスよく支配されている。

また、これら細胞には水と酸素によって代謝が行われ生きていると言っても過言ではない。

ハッキリとした原因のある痛み (急性疼痛) は別として自然痛・関連痛はこれらのバランスの狂いと心的要因が重なり発する事と考える。

外傷による痛みは軽擦法による手技にて治療加療を行うべきである。

軟部組織の疼痛は周辺組織に血液循環で十分な酸素栄養供給の為に温療法が有効である。但し、新鮮外傷創・化膿部位には禁忌である。

22

むすび

記憶と言うのは不思議なもので習った事と見た事は一瞬にしてその全体が浮かぶ、活法という言葉も長年の成功と失敗による経験と勘が浮かびます。

施術とは本来「ホメオスタシス」を助長する治療技術であります。

「ホメオスタシス」とは「主体の持つ自然治癒能力」と訳します

施術とは内呼吸蘇生術であり、例えばミトコンドリアを意識してその新陳代謝を助ける術として当たれば効果も違ってきます。

但し、徒手による施術には限度があり限界が有る事も考慮して対処すべきである。

23

参考書籍

「柔術生理書」井口松之助 著 明治32年再版

「からだの知恵」W・B キヤノン著 舘鄰・舘澄江 訳

「人類が知っている事のすべての短い歴史」下巻 ビル・ブライソン 著 榎井浩一 訳

「人体大全」ビル・ブライソン 著 桐谷知未 訳

24