
平成 20 年度

東京三療大学 (第 1・2 回目)

= あん摩術 =

講師

▷ 吉原 基恵

◎按摩術

按摩（あんま）とは、撫^なでる・押す・揉^もむ・叩^{たた}くなどの手法を用い、生体の持つ恒常性維持機能を反応させ健康を増進させる手技療法である。

按摩の按とは「押さえる」、摩とは「撫でる」という意味である。

江戸時代から按摩を業^{なりわい}とする人を「按摩」あるいは「あんまさん」と呼んだが、視覚障害者の間ではこれを盲人に対する蔑^{べっしょう}称と受け取る向きもあり、現在ではあまり使われてない（マスコミ等はマッサージ師などと言い換えてもいる）。

一方、「按摩」という言葉の否定は日本古来の施術法の否定となり、いわゆる「言葉狩り」ではないとして、この施術法を伝承・継承するため、あえて「按摩術」の看板を掲げて営業している施術師もいる。

◎関連法規

日本では、あん摩マッサージ指圧師・はり師・きゅう師等に関する法律（昭和22年12月20日公布）において、あん摩マッサージ指圧師免許もしくは医師免許（共に国家資格）がなければ按摩を業として行う事ができないが、按摩の手技定義が法的に明文化されておらず、患者に害のある行為だと立証されない限り「法的な禁止は不可」との最高裁の判断もあり、野放し状態なのが実情である。しかし法的には、「あんま」と表記しての無資格者の按摩行為は従来どおり違法である。厚生労働省通達でも、各保健所に取締りの強化を指示しているようである。

◎按摩の歴史

先史時代の生活において人々は、自然環境の中で生きていく上で様々な理由によって負傷し、疼痛^{とうつう}や腫痛^{しゅつう}に苦しむ事が少なくなかったと思われる。その様な時に、自分や仲間の患部を手で撫でたり擦^{さす}ったりすることにより外傷による疼痛を和らげ、腫れを引かせる効果があることを発見した。当時はこれも有効な外科治療の一つで、また按摩術のルーツであろうとも言われている。我が国ではこれらを「手当て」と称している。

世界最古の医書である皇帝内^{だいきょう}経には、いくつかの部位に按摩の文字が見られるが、具体的な手法についての記述は無い。

古代中国では、按摩は独立した専門科として扱われた。当時の医師達は按摩を「外邪^{がいじゃ}の滞留^{たいりゅう}を体内から除き、負傷によって体内に侵入する事を防ぐ方法」として内科・外科・小児科を問わず用いられた。朝廷内でも按摩博士^{はくし}・按摩師^{あんま}・按摩生^{あんま}が置かれた。明以降には医学における按摩行為^{あんま}を推拿^{すいな}とも称すようになった。

日本では養老令^{ようろうりょう}において中国の唐王朝を真似、典樂寮^{てんがくりょう}に按摩博士・按摩師・按摩生を置いた

といわれる。この養老令は大宝令と全く同じものとされるため、少なくともこの時代には按摩が存在したと考えられる。しかし、当時の按摩と現在のものとの類似性は不明である。

江戸時代になると、寛政11年(1799年)藤林良伯^{りょうはく}「按摩手引」・文政10年(1827年)太田普斎^{しんさい}「按腹図解^{あんぶくずかい}」などにより体系付けられた。

特に、「按腹図解」の中の「家伝導引三術^{どういん}」では「家法導引の術に三術あり」として「揉捏法^{じゅうねつ}・運動法・軽擦法」の基礎となっている「術」が記載されている。

◎按摩の基本手技

按摩の基本手技は分類の仕方などにもよるが、6~7種類くらいに分類される。

軽擦法^{あんぶ} (按撫法)

術手を患部に密着させ、同一圧、同一速度で同一方向に遠心性に「なで、さする」。

揉捏法^{じゅうねつ}

術手を患部に密着させ、垂直に圧をかけ、その圧を抜かずに筋組織を動かす手技。

主として筋肉に作用を及ぼし、組織の新陳代謝を盛んにする。

按摩術の代表的な手法として把握揉捏法^{はあく}・母指揉捏法・手根揉捏法などがある。

その他、叩打法^{こうだ}・圧迫法^{しんせん}・振顫法^{はあく}・運動法^{きょうで}・曲手。

◎按摩とマッサージとの相違

あん摩マッサージ師圧理論の教科書には、その違いについて「按摩は遠心的に、マッサージは求心的に行う」と書かれている。また、按摩は着衣の上から、マッサージはタルクやオイル等を用いて皮膚に直接行う。按摩は経絡理論に従うが、マッサージは西洋医学の解剖学を根拠とする。按摩は「もみりょうじ」とも呼ばれるように「揉む手技」が多いが、マッサージは軽擦法が主であるとされている。このように起源の違う両者を比較する事に無理があるかもしれないのだが、「あんま」の呼称が視覚障害者に嫌われ、実際には按摩を業としていても「マッサージ」の看板を掲げている施術師が多い。