

初めてお越しいただいた“あなた”へ



整体院きなり・高槻院

(Kinari ファイル①)

= 目次 =

- ① どんな人が整体やカウンセリングをしますか？
- ② 「整体院きなり」はどんな考え方がベースですか？
- ③ まず、何からやればいいですか？
- ④ まず最初に、知っておいた方がいいことはありますか？
- ⑤ 整体やセラピーってどんな内容ですか？
- ⑥ 2回目はどんな内容ですか？
- ⑦ 来院時に、何か気をつけることはありますか？
- ⑧ 皆さんはどんな質問をしていますか？

① どんな人が整体やカウンセリングをしますか？

= 自己紹介 =



整体院きなり・高槻院 院長
整体師・心理カウンセラー（心身のストレス解放の専門家）
磊 丈弘（こいし たけひろ）

1974 年生まれ 兵庫県出身・現在は高槻市在住

経歴

約 10 年間のサラリーマン生活を経て、治療家の道へ
治療家歴 18 年、これまで延べ 2.8 万人以上を施術。
自律神経症状やストレス・心理面のお悩みを中心に、
心身両面からのサポートを行っています。

主な資格・研修歴

整体・自律神経 / 心理・カウンセリング / 免疫・予防医学などを
幅広く学んできました。

- ・ SLCA 認定治療家
- ・ KDA 認定 KD セラピスト
- ・ 日本メンタルヘルス協会認定心理カウンセラー
- ・ ABH（米国心理協会）認定マスターヒプノティスト
- ・ 自律心体療法アドバンスコース（上級コース）修了
- ・ 免疫医学研究会・認定証取得

その他

氣成流運命鑑定士 / 加圧筋力トレーニングインストラクター

自分自身の
不調経験

- ・ 肩こり、首痛、腰痛、ぎっくり腰、顎関節症
- ・ 耳鳴り、めまい、頭痛、眼精疲労、胃腸の不調、蕁麻疹
- ・ 自律神経失調症、不安症、パニック症、うつ、トラウマなど

自分自身もさまざまな心身の不調を経験してきたことが、
現在の整体やカウンセリングなどの土台になっています。

趣味・好きなこと

散歩・カフェ巡り・読書

サッカー、駅伝、マラソンなどのスポーツ鑑賞

② 整体院きなりはどんな考え方がベースですか？

＝私が仕事で大切にしていること＝

私自身、これまで身体だけでなく、心の不調も経験してきました。
その経験から、症状だけを見るのではなく、
心と身体の両方から、その人全体を見ることが大切だと考えています。

＝整体院きなりの基本的な考え方＝

心身の悩み（症状）はあなたへの切実なメッセージ
心や身体に負担・偏り・不自然な状態が重なると、
症状として表れることがあります。
その負担を減らし、本来の自然な状態へ戻していく事を大切にしています。

＝整体院きなりのパーパス（目的）＝

★心身の症状や悩みをきっかけに、
あなたの「自然治癒力」と「自然体」を取り戻し、
やりたいことがやりたい時にやれるようサポートする！★

＝整体院きなりの名前の由来＝

きなり＝「手を加えない、そのまま、ありのまま」という意味です。
本来のあなたらしさや、自然体、やりたいことができる日常を
取り戻してほしい。そんな想いを込めて、「きなり」と名付けました。

③ まず、何からやればいいですか？

=あなたが健康を取り戻すための「はじめの一步」=

1.「治るんだ！」「症状から卒業しよう！」と決めてみる！

なんでもそうですが・・・迷ってる人、悩んでる人より、決めちゃっている人の方が、目標に到達しやすいものです。また迷っても、何度でも決めてみましょう。



2.症状から卒業してどうしたいのか？どうなりたいのか？

という「目標」を創る！！

健康を取り戻すためのコツは、



健康の向こう側の「目標」を創ることです！小さい目標でも大丈夫です。

3.「治す為に必要な行動」の「優先順位」を高める！

理想は一位にして最優先にすることです。優先順位を高めてじっくりと腰を据えて治すために必要な対策をしっかりとやっていきましょう。

健康の優先順位が低いままだと、改善は遠回りになりやすい。

これは18年間の臨床で強く実感しています。



4.あなたの症状の「本当の原因」と「本当の対策」を知る！

症状をしっかり改善させ、卒業を目指すためには、

まず、「本当の原因」をつかむ必要があります。

「本当の原因」が分かれば、「本当の対策」を打てます。

そのために、初回は検査とカウンセリングに時間をかけています。



④ まず、最初に知っておいた方がいいことはありますか？

= 「自然治癒力」について知っておいて欲しいこと =

1. 治る力は、あなたの中にある

人には誰にでも、自分で回復しようとする「自然治癒力」が備わっています。
自然治癒力がスムーズに働けると、心身は本来の回復力を発揮しやすくなります。

自然治癒力をスムーズに発揮させるコツは、あなたの脳・体・心に溜まっている、
ストレスや緊張、負担や偏り、不自然な状態を取り除き「自然体」を取り戻す事です。

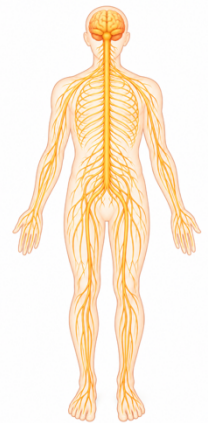
自然治癒力＝自然体でいることで治っていく力というふうに捉えましょう。

2. 神経は脳と身体をつなぐ道

自然治癒力を発揮しやすくする、もう一つのポイントは、
神経の通りを良くすることです。

神経の働きが乱れると、脳と身体の間で必要な情報が
スムーズに伝わりにくくなります。

神経がスムーズに働きやすい状態へ整えることも、
心身の回復には大切です。



3. 自律神経は心と身体のバランスを整える

自律神経は、内臓の働き、心拍、呼吸、血流、消化、排泄など、
身体のさまざまな働きに関わっています。

自律神経が乱れると「自然治癒力」も低下しやすくなります。

自律神経のバランスが乱れると、身体だけでなく、不安感・イライラ・集中しづらさ
など、心にも影響することがあります。

当院は、「自律神経調整」を得意としています。

⑤ 整体やセラピーってどんな内容ですか？

= 当院の療法について =

「心身ストレス解放療法」という当院独自の療法を提供しています。

「心身ストレス解放療法」は、心と身体の両面からストレスや負担を減らし、本来のバランスを取り戻していく当院独自の療法です。

1. 身体を整える「脳・神経リメイク整体」
2. 心と思考を整える「全肯定カウンセリング」
3. 強いストレスを解放する「ストレス除去セラピー」の3つが軸になります。

①

身体を整える「脳・神経リメイク整体」



脳・自律神経を意識しながら、全身をソフトに整えていく整体です。

ただ、マッサージや整体で筋肉のみをゆるめるのとは、違ったアプローチです。

（体の反発を防ぐソフトな力・負担を最小限にした適切な時間＜約10～20分＞で、1回ずつ積み上がっていくように、効果を引き出していきます。）

②

心と思考を整える「全肯定カウンセリング」



症状によっては、メンタル面のサポートも必要になってきます。

生活習慣だけでなく、考え方・価値観・生き方なども含めてお話を伺います。

今の自分や今の状態を否定せず、受け止めながら整理していくことを大切にしています。

③

強いストレスを解放する「ストレス除去セラピー」



ストレスが強い方や、心理系の症状をお持ちの方は、

状況によって、いくつかの厳選した「心理セラピー」も提供していきます。

体と心は繋がっています。両面からのアプローチが大切です。

⑥ 次はどんなことをやる？

=2回目の流れ(予定)=

(2回目) 約45～60分 *人によって内容が変わることもあります。

1. 目標作成（1つか2つ共有していただき進めていきます）
2. 質疑応答（頭の中の「？」をゼロに近づけていきましょう）
3. 初回検査結果の説明
4. 神経バランス検査（両肩を押す検査を実施します）
5. バランス調整整体（初回の整体です）
6. 脳・神経リメイク整体（自律神経調整整体を軸とした整体）
7. 神経バランス検査（再）
8. ファイル2説明（「治療のしおり」を説明します）
9. ケア計画・来院ペースの説明
10. お会計・次回ご予約

*2回目では、初回の検査結果をもとに、今後のケア計画まで一緒に整理していきます。

*2回目以降は1回6,600円になります。

*まとめ払い制度もあります。詳しくは2回目にご説明します。

⑦ 次回以降、来院時に何か気を付けることはありますか？

＝次回以降の来院時のお願い＝

1. 予約時間に間に合うようにお越しください。
2. 万が一遅れる場合は、治療家の携帯電話または LINE で、必ずご連絡ください。（固定電話は新規の方専用として使用しております）
3. 前の方と時間が重なるのをなるべく避けるため、ご予約時間の 10 分前以降にお越しください。
たとえば、12 時予約なら 11 時 50 分以降にお越しください。

4. 予約の変更は、なるべく前日までにご連絡ください。

当日の「無断キャンセル」：5,000 円

当日の「連絡ありキャンセル」：1,000 円



5. 自転車・バイクでお越しの場合はお近くの有料駐輪場をご利用ください。
（ビル下入り口の前や駐輪場（住民専用）には置かないようご協力をお願いします）

6. 車でお越しの場合は、近くのコインパーキングをご利用ください。

7. 公共交通機関をご利用の方は、遅延も考慮して、時間に余裕を持ってお越しください。



8. 院内は禁煙です。直前の喫煙も、
におい等が次の方に影響することがありますので、お控えください。

9. 入室時は、インターホンを鳴らしてください。

施術中などで、すぐにお返事できない場合がありますのでご了承ください。

⑧ 皆さんはどんな質問をしていますか？

= よくあるご質問 =

Q1. 私はどれくらい通えば治りますか？

A1. 今回のカウンセリング内容や検査結果を踏まえて、次回に、通うペースの目安となるカレンダーをお渡しいたします。実際はやってみないと分からないこともありますが、18年以上の経験を踏まえて、ケア計画を出しますので、順調に進むように前向きに取り組んでいきましょう。

Q2. 私の症状の原因は何でしょうか？

A2. まず3回目に、原因と対策について資料を使ってご説明します。分からないことや、あなたの場合に考えられる「原因」も補足でお伝えします。

Q3. 私は本当に治るのでしょうか？

A3. はい。あなたには、良くなる力がちゃんと備わっています。あなたにも「自然治癒力」という、自分で回復しようとする力があるからです。症状があるからといって、「治る力がない」ということではありません。その力が発揮しやすい状態へ、一緒に整えていきましょう。希望を持って進めていきましょう。

Q4. 普段、自分自身でも治るためにできることはありますか？

A4. はい。できることはたくさんあります。でも、一気ににはできないし、一気にやろうとすると、焦りを生みます。焦りは治癒の妨げになりやすいので、じっくり一歩ずつを、心がけてください。一つずつ、できることをお伝えいたします。無理なく進めていきましょう。まずは、治った後の目標を毎日イメージすることに集中してみてくださいね。

Q5. 自宅でできるエクササイズとかは教えてもらえますか？

A5. 基本的に最初の段階では、こちらから積極的にはお伝えしていません。何かをやる・加える・始めるという「足し算」よりも、何かをやめる・減らす・終わらせるという「手放す意識」を大切にしています。その上で、どうしてもしてみたい、聞きたいとおっしゃる方には、一つずつお伝えしています。