

ACZUMO あしゅも

はりきゅう養生散歩

No. 13

「養生」とは、心と体を大事にしよう。大事にするために、まずは自分で心と体の状態をよく観察して、考えて、実行してみようということかな、と思います。「養生」の方法はいろいろありますが、体を動かすことも、そのひとつです。最近、体を動かしていないなあ、と思われたら、鍼灸ゆかりの地を巡る散歩に出かけてみませんか。

まずは、地元神奈川県藤沢市にある江の島からスタートです。



江戸時代の鍼師・杉山和一検校の像

江の島にある福石

普段からたくさんの方の観光客でにぎわっている江の島ですが、江の島弁天橋を渡り、江の島の入り口にある青銅の鳥居をくぐり、お土産屋さんを通りを抜けます。見えてきた大きな瑞心門をくぐり、右側の階段をあげます。その右手に「福石（ふくいし）」と銅像があります。

この銅像の人物は、江戸時代の鍼師の杉山和一検校すぎやまわいちけんぎょうとい、福石のエピソードに関する人物です。

杉山和一は、慶長十五年（1610年）に伊勢国（現在の三重県）に生まれました。幼い時に失明し、江戸に出て山瀬琢一検校に入門して鍼を学びました。日夜修行に励みましたが、なかなか上達せず破門されてしまいました。それでも鍼の道をあきらめることはせず、江の島の弁財天にお願いすることにし、岩屋（洞窟）に籠って断食修行をおこないました。修行を終えた帰り道、石につまずいて倒れてしまいます。すると、チクチクと手を刺すものがあるので手に取ってみると、筒のよう



江の島弁天橋からの江の島



①江の島弁天橋 ②青銅の鳥居 ③瑞心門 ④福石 ⑤杉山和一の墓

丸まった枯葉の中に入った松葉でした。「鍼を管に入れて使えば容易く打つことができる」と考え、現在も広く使われている【管鍼術（かんしんじゅ）】の着想を得たと伝えられています。その時つまずいた石が「福石」として祀られています。

福石と杉山和一の銅像の前には白い小石が敷き詰められ、小さな庭のようになっています。銅像の手元を見ると金色の管と鍼を持っていて、穏やかな顔で座っております。



小さな庭のような所に福石と杉山検校の像

その後、杉山和一はあらためて山瀬検校のもとで修業に励み、京都でも修業を続け、江戸に戻って開業しました。福石の近くにある赤い橋を渡ると、杉山和一のお墓の入り口になります。こちらは、昭和三十八年（1963年）に藤沢市指定文化財「史跡」に指定されています。海が見える、とても静かな場所です。

※検校とは：

昔、視覚障がい者にあたえられた最上の官職名

鍼の稽古所を開設

杉山和一が考案した【管鍼術】は、管の中に鍼を入れ、管から少し出ている鍼の頭を指先で軽く叩いて皮膚に刺す方法です。この方法だと、細い鍼を正確に刺すことができます。管を使うことで視覚障がい者だけでなく、晴眼者にとっても容易であることから、数百年の時を経て現在も広く使われています。

杉山和一の鍼術は江戸で評判となり、五代將軍徳川綱吉の信任を受けて江戸に邸宅を賜りました。

それまでの鍼術は師匠が弟子に口伝で教えるのが常でしたが、天和二年（1682年）に家塾を改め鍼の稽古所（講習所）

を弟子たちと開設します。教科書も作成して鍼とあん摩術（手技）を組織的に教えるようになり、視覚障がい者を対象に全国各地に講習所が作られました。これ以後、鍼あん摩術を職業とする視覚障がい者が増え、自立する道が開かれました。



福石

フランスで視覚障がい者のための教育所ができたのが1784年とい



福石の近くにある赤い橋

われていまして、その約百年前のことでした。講習所の跡地は、現在の東京都墨田区にある江島杉山神社の中にあります。

鍼灸の歴史がみえる博物館



杉山和一の墓

杉山和一は、高齢になっても江の島の弁財天への月参りを欠かさなかったため、江戸の屋敷内へ江の島弁財天が奉られました。明治には江島神社となり、戦後には江島杉山神社となりました。江島杉山神社は西国駅（JR中央・総武線、都営大江戸線）から歩いて10分程度です。敷地の中には、社殿のほか、江の島の石屋を模したものや、江戸時代の娯楽だった力石、銭洗いができるところなどがあります。都会の真ん中にはありますが、大きな木があり、敷地内はとても静かで落ち着いた雰囲気になっています。

また、ここには「鍼灸あん摩博物館」があります。神社の敷地内にある杉山和一念館の2階になりますので、1階の社務所の方に声をかけて入館するのがよいと思います。無料ですが、入り口で運営維持のためのご寄付をお願いできればと思います。ここは墨田区認定の「すみだ・ちいさな博物館」のひとつですが、鍼・灸・あん摩



墨田区にある江島杉山神社と杉山和一記念館（鍼灸あん摩博物館）

などの歴史的資料をじっくり見ることができ、経穴（ツボ）を記した経穴人形や各種の鍼（古代九鍼の複製など）、灸のもぐさの製造過程の実物見本、「黄帝内经 素問・靈枢」「難経」などの古文獻や東京国立博物館所蔵の「鍼灸経穴銅人形」の二分の一レプリカもあります。音声ガイドも充実しています。古来中国から伝来し江戸時代に日本独自に発展した鍼灸の歴史に触れてみてはいかがでしょうか。

ミニコラム

国宝「医心方」のユネスコ「世界の記憶」登録に向けた活動について

日本最古の医学書である「**医心方**」は、平安時代中期に宮中医官を務めた鍼博士・丹波康頼が中国の医学書を編纂し宮中へ献上したものです。祖本は失われていますが、東京国立博物館が所蔵する「医心方」は諸写本の中で最も古く全巻（三十巻と一冊）が揃っており、国宝に指定されています。

京都・仁和寺にも「医心方」があり、こちらも国宝です。内容は、各種疾患について、養生法などさまざまな記載があり、古代東洋医学の知識の宝庫といわれています。第二巻には「鍼灸」についてまとめられています。

日本医師会では、国宝「医心方」をユネスコ「世界の記憶」への登録に向け活動されており、日本鍼灸師会も協力しています。

ユネスコ「世界の記憶」とは、手書き原稿・ポスター・映画など、人類史において特に重要な記録物を国際的に登録する制度です。

登録にかかる審査は一年に一回となり、2027年の申請、2029年のユネスコ登録を目指しています。



文部科学省ホームページより

【参考資料】

- （公社）杉山検校遺徳顕彰会ホームページ・リーフレット
- 藤沢市観光公式ホームページ
- 墨田区公式ホームページ
- 東京国立博物館ホームページ
- 文部科学省ホームページ
- 「養生訓」貝原益軒／松田道雄訳

取材・写真・イラスト・本文の作成は広報部がおこないました。

神奈川県鍼灸師会のホームページで家や職場の近くにある治療院を検索することができます。ぜひご利用ください。



発行日：令和8年4月27日

発行：公益社団法人神奈川県鍼灸師会
〒231-0002
横浜市中区海岸通4丁目21番
倉田ビル5階

電話 FAX：TEL / 045-228-8946
FAX / 045-228-8979
https://harikyu-kanagawa.org/

Non-smokeシリーズにやさしい“ソフトタイプ”が新登場

長生灸 Non-smoke ソフト

ノンスモーク

soft

繊細なお肌やフェムケアにも

提案しやすい、やさしい温度帯を追加。

2026.1.21
発売

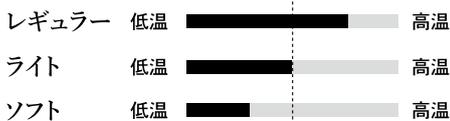
小売用
200壮入



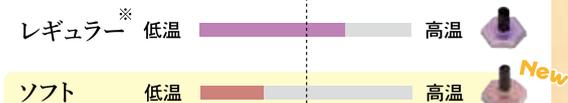
業務用
600壮入

温度のめやす

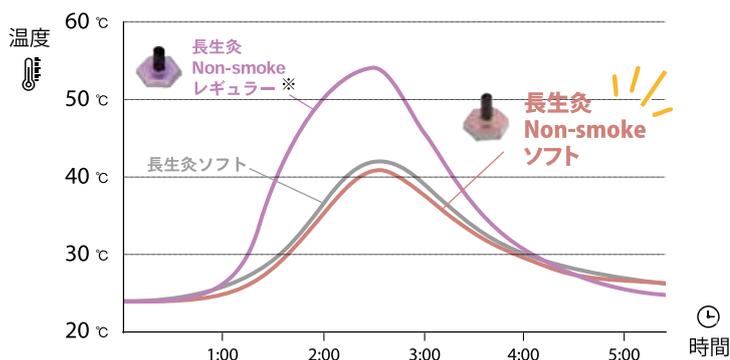
長生灸
(煙の出るタイプ)



長生灸
Non-smoke
(煙の出ないタイプ)



※従来の「長生灸 Non-smoke」は「長生灸 Non-smoke レギュラー」となります。



注) 上記はメーカー独自の温度測定方法によって測定した結果をグラフにしたものです。測定時の条件や方法によって結果は異なりますので目安としてお考えください。

レギュラータイプとソフトタイプ 組み合わせて使い分け!

POINT
01

煙が出ない

テナント院・往診・小児施術・美容
施術など、あらゆる場面で活躍。

POINT
02

やさしい温感

Non-smokeレギュラーより緩やかな
温もりで心地よさが続く温度設計。

POINT
03

選んで使える

ソフト/レギュラーで、施術の幅を広げ
シーンに応じた使い分けが可能。

動画公開中

本製品を使用して顔にお灸をすえる場合は
ご確認ください。

