

# 髪のパリュームを取り戻す

## 42歳 美咲さんの挑戦

再生医療と鍼灸が紡ぐ心と体の再生ストーリー



### 女性のための自然治療



### - 鍼灸と再生医療 -



毛髪診断士・育毛専門鍼灸師 竹口公雄

- ① びまん性脱毛症・髪のパリューム低下で悩む女性へ
- ② 鍼灸 × 再生医療の力で、  
薬に頼らない新しい育毛アプローチ！
- ③ 髪の悩みから自由に。  
今こそ、自分らしい美しさを取り戻す第一歩！

「髪のパリュームを取り戻す

四十二歳美咲さんの挑戦：

再生医療と鍼灸が紡ぐ

心と体の再生ストーリー

「女性のための自然治療

- 髪と健康を取り戻す鍼灸と再生医療」

## まえがき

---

このたびは、本書を手にとっていただき、誠にありがとうございます。本書は、髪健康や薄毛の悩みを抱える多くの女性に向けて執筆しました。特に、更年期やびまん性脱毛症など、年齢や体調の変化に伴う髪の悩みに直面している方々、また、市販の育毛剤やクリニックでの薬に頼らず、自然な方法で髪を取り戻したいと願う方々にとって、本書が新たな選択肢となることを願っています。

---

本書執筆のきっかけは、長年鍼灸師として患者さまのお悩みを聞いてきた経験からです。髪の悩みは単なる美容上の問題にとどまらず、自己肯定感や生活全般に影響を及ぼす深刻なテーマです。私の母も病気の治療による副作用で髪を失い、そこからくる精神的な負担に苦しんでいました。そうした背景から、髪健康を支える鍼灸治療を追求し、さらに再生医療という新しい科学的アプローチを取り入れることで、多くの方に希望を届けたいと強く感じたのです。

治療現場で私が学んだのは、髪健康には単なる外部からのアプローチだけではなく、体全体のバランスや生活習慣が大きく関わっているということです。再生医療の成長因子や鍼灸による全身の調整、そして日々のセルフケアを組み合わせることで、髪の悩みだけでなく、体全体の健康と心の調和をもたらすことができるという確信を得ました。本書では

その具体的な方法をお伝えしています。

---

本書の目的は、髪と体の健康を包括的に改善するための道筋を示すことです。髪の悩みの解決はもちろん、それ以上に、自分自身を大切に、心と体の調和を取り戻すことで新しい自分に出会うための手助けをしたいと思っています。髪の悩みは一人で抱えるには重すぎるものですが、正しい知識とアプローチを知れば、解決の道は必ず見えてきます。

---

本書を読み終えた皆さまには、髪健康だけでなく、心と体のバランスを整えることの大切さに気づいていただけることを願っています。髪を育てるということは、心と体全体を整える旅です。この旅を通じて、きっと新しい自分に出会えるでしょう。そしてその一歩を踏み出すことで、これまでとは違った景色が見えてくるはずです。

---

最後に、ぜひ本書で得た知識を日々の生活に取り入れ、実践してください。髪の悩みを解決するだけでなく、自信を取り戻し、より充実した人生を送るための道筋を本書で見つけていただけたら幸いです。

## 登場人物

---

- **美咲さん**（42歳、主婦）

髪のパリュームが減少し、頭皮が目立つようになったことに悩む。更年期の症状も重なり、体調も優れない。市販の育毛剤を試すが効果を感じられず、自然な方法で改善したいと考える。

- **竹口先生**（鍼灸師・毛髪診断士）

育毛治療院「レメディ」の代表。再生医療と鍼灸を融合させた治療を提供し、多くの女性の悩みを解決してきた実績を持つ。

## 目次

まえがき.....	3
目次.....	5
はじめに.....	8
0-1. 髪と体の健康を取り戻す第一歩.....	8
0-2. 再生医療と鍼灸がもたらす新しい希望.....	8
<b>第1章: 髪と健康の関係を理解する</b> .....	<b>11</b>
1-1. 更年期とびまん性脱毛症の実態.....	11
1-2. 頭皮環境と体のつながり.....	13
1-3. 市販の育毛剤が解決できない理由.....	15
<b>第2章: 自然治療がもたらす効果</b> .....	<b>18</b>
2-1. 成長因子と鍼灸の科学的根拠.....	18
2-2. 全身を整える鍼灸の力.....	20
2-3. 再生医療と伝統療法の融合.....	22
<b>第3章: 治療の流れとプロセス</b> .....	<b>24</b>
3-1. 初回カウンセリングでわかる髪と体の状態.....	24
3-2. 頭皮ケアと鍼灸治療の実際.....	27

3-3. 成長因子の浸透治療の効果.....	30
<b>第4章: 日常生活でのセルフケア.....</b>	<b>32</b>
4-1. 頭皮マッサージとケアの重要性.....	32
4-2. 髪を健康を支える食事と栄養.....	34
4-3. ストレスと睡眠の質を見直す.....	36
<b>第5章: 髪と体に訪れる変化.....</b>	<b>39</b>
5-1. 髪のボリュームが戻るまでの道のり.....	39
5-2. 健康改善をもたらす自信と喜び.....	41
5-3. 女性を取り戻す「新しい自分」.....	43
<b>おわりに.....</b>	<b>46</b>
6-1. 髪と体の健康を取り戻すために.....	46
6-2. 再生医療と鍼灸が広げる未来.....	47
<b>あとがき.....</b>	<b>48</b>
<b>著者紹介.....</b>	<b>51</b>
<b>治療院のご案内&amp;メール登録のご案内.....</b>	<b>52</b>

## はじめに

---

### 0-1. 髪と体の健康を取り戻す第一歩

---

美咲さん（42歳、主婦）は、髪の悩みが日常の中で徐々に重くのしかかるようになっていました。

子どもの学校行事やママ友とのランチでは、「髪が薄くなったんじゃない？」と思われるのが怖くて、帽子やスカーフが手放せなくなっていました。「市販の育毛剤も試したけど、全然効果がない。何がダメなんだろう」と鏡を見つめる日々が続きます。

髪の悩みは心にも影響を与え、自信を失わせていきました。「もう少し若く見られたい」「堂々と外出したい」という思いはあるものの、どうすればいいのか分からない状態が続いていました。

### 0-2. 再生医療と鍼灸がもたらす新しい希望

---

ある日、美咲さんは親友の紹介で「レメディ」という治療院のことを知ります。

「薬に頼らない方法で、髪の悩みが改善できるらしいよ。鍼灸と再生医療を組み合わせ

た治療が人気なんだって」と聞いた美咲さんは、「本当にそんな方法で効果があるの？」と半信半疑ながらも、治療院を訪れる決心をしました。

---

「こんにちは、竹口です。お話を聞かせていただけますか？」

治療院で出迎えてくれたのは、穏やかな笑顔を持つ竹口先生でした。美咲さんは緊張しながらも、自分の悩みを打ち明けました。

「髪のボリュームが減って、抜け毛が増えているように感じます。これが年齢のせいなら仕方がないのかなと思いつつも、何とかしたくて……」

竹口先生は頷きながら、美咲さんの頭皮をスコープで診断しました。頭皮や毛穴の状態が見て、「大丈夫です。まだまだ改善の余地がたくさんあります」と先生は力強く伝えます。

---

竹口先生は、髪の悩みが頭皮だけでなく、全身の健康状態やホルモンバランス、ストレスの影響を受けていることを説明しました。

「髪健康は全身の健康と密接に結びついています。特に更年期にはホルモンバランスが変化し、それが髪に影響を与えやすくなります。でも、体全体を整えることで改善する道がありますよ」と、再生医療と鍼灸を組み合わせた治療のメリットを分かりやすく説明しまし

た。

---

治療初日、美咲さんは初めて鍼灸と再生医療の治療を受けました。鍼灸治療では全身の血流を改善し、緊張がほぐれていくのを感じました。

「不思議な感覚だけど、体が軽くなっていくのが分かります」と美咲さんは驚きました。

そして成長因子を浸透させる治療が終わった後、先生から「自宅でもできる簡単な頭皮ケア」を教わり、少しずつ自分でも髪の健康を取り戻せるという希望が芽生えました。

---

数週間後、美咲さんは髪の立ち上がりが良くなったことに気づきました。さらに、体の不調も軽減され、「久しぶりに自信が湧いてきた」と語りました。

この新しい治療法が、髪だけでなく心と体の健康にも影響を与えることを実感し、明るい未来が見えてきたのです。

---

本書では、美咲さんのように髪の悩みを抱える女性に向けて、再生医療と鍼灸を組み合わせた自然治療の具体的な方法を詳しく解説していきます。髪の悩みは一人で抱える必要はありません。この本が、あなたが新しい自分を取り戻すきっかけとなることを心から願っています。

## 第1章: 髪と健康の関係を理解する

---

### 1-1. 更年期とびまん性脱毛症の実態

---

美咲さんは、最近自分の髪に不安を感じ始めていました。特に朝のヘアセットのたびに、ブラシに絡まる抜け毛が増えていることに気づき、「髪が減ってきたかも」と薄毛への不安が頭をよぎるようになりました。さらに、鏡を見たときに頭頂部が少し透けて見えることがショックで、外出するときには帽子やヘアスプレーでなんとかごまかしていました。

更年期の影響もあってか、夜になると気分が沈みがちで、ぐっすり眠れる日が少なくなっていました。これらの変化が自分の体に何を意味するのか、誰に相談すればいいのかわからない日々が続きます。

---

そんなある日、美咲さんは親友とのランチで髪の悩みを打ち明けました。

「最近、髪が細くなってきて、抜け毛も増えている気がするの。何か良い方法ないかな？」

と話すと、親友が教えてくれたのが「レメディ」という治療院でした。

「自然な方法で体の中から改善する治療があるらしいよ。鍼灸と再生医療を使っている

って聞いたことがあるの」と勧められ、美咲さんは半信半疑ながらも訪れることを決意しました。

---

「レメディ」で美咲さんを出迎えたのは、竹口先生でした。竹口先生は美咲さんの話を親身に聞きながら、更年期とびまん性脱毛症の関係について丁寧に説明しました。

「更年期になると、女性ホルモンであるエストロゲンが減少するため、髪の毛の成長サイクルが乱れやすくなります。さらに、ストレスや血流不足が加わると、頭皮環境が悪化してしまいます。でも、それを改善する方法があります」と、竹口先生は力強く語りました。

さらに、竹口先生は頭皮スコープを使って美咲さんの頭皮の状態をチェックし、「頭皮が少し乾燥気味ですね。ただ、毛根はまだ元気な状態ですので、改善の余地があります」と希望を持たせる診断をしました。

---

その日から、美咲さんは再生医療による成長因子の浸透治療と鍼灸治療を組み合わせたプランを始めました。竹口先生の治療は、髪だけでなく全身の血流を整え、ストレスの緩和やホルモンバランスの調整を目的としたものでした。

治療開始から1ヶ月ほど経った頃、美咲さんは頭皮の透け感が減り、髪の毛の立ち上がりが良くなったと感じました。「まだ少し不安だけど、変化が見えてきて嬉しい」と美咲さんは治

療に対して前向きに取り組むようになりました。

---

びまん性脱毛症は多くの女性が経験する課題ですが、それは解決不可能な問題ではありません。本章では、びまん性脱毛症の原因と改善方法を、美咲さんの物語を通して詳しく解説していきます。髪と体の健康を理解することが、改善への第一歩です。

---

## 1-2. 頭皮環境と体のつながり

---

美咲さんは、治療院でのカウンセリングを通じて、自分の髪の悩みが頭皮だけの問題ではなく、体全体の状態と関係していることを初めて知りました。それは、竹口先生が見せてくれた頭皮スコープの画面がきっかけでした。

---

「これを見てください」と、竹口先生が指さしたのは、頭皮の拡大映像。美咲さんは、画面に映る自分の頭皮を見て驚きました。「毛穴が詰まっている部分がありますね。でも、これは悪いことではありません」と先生は続けます。「実は、皮脂は頭皮を守る重要な役割があります。過剰でなければ正常なものなんですよ。ただ、血流不足が見られるので、これを改善することで髪が育つ環境が整います。」

先生はさらに、頭皮の色や髪の毛の太さ、毛穴から何本の髪が生えているかなど、さまざまなポイントを丁寧に説明してくれました。美咲さんは、「ただの毛穴の詰まりや頭皮の色が、こんなに奥深い意味を持っているなんて思いませんでした」と感心しました。

---

「頭皮環境は、体全体の健康状態と密接につながっています」と竹口先生は説明を続けました。「例えば、血流が悪くなると、頭皮に必要な栄養や酸素が届きにくくなります。その結果、髪の毛の成長が遅くなり、抜け毛が増えるんです。特に、更年期にはホルモンバランスが変化することで、この血流不足がさらに悪化することがあります。」

美咲さんは、自分が最近感じていた冷え性や疲れやすさが、髪にも影響しているのではないかと思い当たりました。「確かに、体が冷えているときは、髪も元気がないような気がします」と口にする、竹口先生はうなずきながらこう言いました。

「その通りです。体全体の血流を改善することが、髪の毛の健康を守る第一歩です。そして、ストレスも大きな影響を与えます。ストレスがたまると自律神経が乱れ、血流が悪くなり、さらにホルモンバランスにも影響が出ます。この悪循環を断ち切るためには、頭皮だけでなく体全体をケアする必要があります。」

---

治療の一環として、美咲さんは鍼灸による血流改善を始めることになりました。「鍼灸は血液の循環を促進し、頭皮に必要な栄養を届ける手助けをします。また、リラックス効果

もあるので、ストレスの軽減にもつながります」と先生が説明するたびに、美咲さんは少しずつ希望を感じ始めました。

さらに、自宅でできる頭皮マッサージの方法も教わりました。「このマッサージを毎日 5 分続けるだけで、頭皮の血流が良くなります。シャンプーのときに軽く指を使って円を描くようにマッサージすると効果的です」と具体的なアドバイスを受けた美咲さんは、「これなら無理なく続けられそう」と思いました。

---

治療を続けるうちに、美咲さんは自分の変化に気づき始めました。朝起きたときに頭皮が柔らかく感じられるようになり、髪の毛の立ち上がりが良くなってきたのです。「体全体を整えることで、髪も元気になるなんて驚きです」と、彼女は笑顔を見せるようになりました。

髪の毛の健康は、頭皮だけでなく体全体の健康とつながっています。本章では、頭皮環境がどのように体と結びついているのかをさらに深く掘り下げ、その改善方法を詳しくご紹介していきます。

---

### 1-3. 市販の育毛剤が解決できない理由

---

美咲さんは、これまでいくつもの市販の育毛剤を試してきました。ドラッグストアで「人気」

と書かれたラベルや、テレビCMで「生える！」と謳うキャッチコピーに心を動かされ、棚に並び育毛剤を次々と購入しました。しかし、何本使い切っても目に見える効果を感じられず、「結局どれも同じなのかも」とため息をつく日々でした。

---

「市販の育毛剤って、本当に意味があるのかしら？」美咲さんは竹口先生に相談しました。

「美咲さん、市販の育毛剤が悪いわけではないんです。ただ、髪の毛の悩みを根本的に解決するには不十分なことが多いんです」と竹口先生は穏やかに説明を始めました。

「まず、市販の育毛剤は多くの場合、頭皮の血流を促進する成分が含まれています。それは確かに頭皮環境の改善には役立ちます。しかし、それだけでは髪の毛の成長に必要な栄養やホルモンバランスの問題を解決できないんです。」

美咲さんは、自分が抱える問題の根本原因についてもっと知りたくなりました。

---

「例えば、びまん性脱毛症の場合、女性ホルモンの減少が大きな原因となります。このホルモンバランスの変化による影響を、市販の育毛剤だけで補うのは難しいんです」と竹口先生が説明すると、美咲さんは頷きながら、「なるほど」とつぶやきました。

さらに、先生は市販の育毛剤の使い方についても触れました。「多くの人が育毛剤を使

うとき、頭皮に塗るだけで十分と思っていますが、実はそれだけでは不十分なんです。頭皮の血流が悪く、毛穴が詰まっていると、育毛剤の成分が毛根まで届かないことがあります。」

---

「では、どうすればいいんですか？」と美咲さんが尋ねると、竹口先生は鍼灸や成長因子治療を取り入れたアプローチの重要性を話し始めました。

「私たちが提供する治療は、頭皮だけでなく全身を整えることを目的としています。血流を改善し、ホルモンバランスを調整することで、髪が育つ環境を根本から作り直します。そして、成長因子を直接頭皮に浸透させる治療を行うことで、髪の成長を直接サポートします。これは、市販の育毛剤ではなかなかできないことです。」

---

美咲さんは、これまで育毛剤に頼ってきた自分のアプローチが表面的なものだったことに気づきました。そして、鍼灸や成長因子治療のような全身を整える方法が、自分に必要なのだと感じました。

「市販の育毛剤だけに頼るのではなく、髪が育つ土台を整えることが大切なんです」と美咲さんが感想を述べると、竹口先生は優しく頷きました。「その通りです。私たちは髪だけでなく、心と体全体を健康にするお手伝いをしたいと考えています。」

---

## 第 2 章: 自然治療がもたらす効果

---

### 2-1. 成長因子と鍼灸の科学的根拠

---

治療開始から 3 ヶ月が経過した美咲さんは、少しずつ実感できる変化に喜びを感じ始めていました。髪の毛のボリュームが増し、頭皮の透け感が減ったのはもちろん、朝の目覚めが以前よりスッキリし、体全体の調子が良くなっていると感じていました。

---

ある日の治療中、美咲さんは竹口先生に質問しました。「成長因子や鍼灸の治療って、どうしてこんなに効果があるんですか？正直、半信半疑だったんですけど、髪も体も変わってきたのを実感しています。」

竹口先生は、わかりやすく説明を始めました。「まず、成長因子についてお話ししましょう。髪の毛は毛根の毛母細胞という部分で作られています。この細胞が元気に活動することで、髪が健康的に伸びるんです。でも、年齢やホルモンバランスの変化で毛母細胞の働きが鈍くなることがあります。成長因子は、こうした細胞を刺激して活動を活性化させる重要な役割を果たします。」

美咲さんは頷きながら「なるほど、髪を育てるエンジンを再起動させるようなものなんですね」と言いました。

---

竹口先生はさらに続けました。「一方で、鍼灸は血流を改善することで、頭皮に必要な栄養素や酸素をしっかりと届けるサポートをします。それだけではありません。鍼灸にはストレスを緩和し、自律神経のバランスを整える効果もあります。これにより、ホルモンバランスが整い、髪が育つ環境が根本から改善されるんです。」

美咲さんは「髪が育つためには、頭皮の状態だけじゃなくて、体全体の調子も関係しているんですね」と理解を深めました。

---

竹口先生は、治療のメカニズムをより具体的に説明するために、美咲さんに治療内容を振り返らせました。「治療の最後に成長因子を頭皮に浸透させたのを覚えていますか？あの成長因子は、毛母細胞の修復を促進し、髪の成長サイクルを整えるために特別に調整されたものです。そして、それを補完するために鍼灸で体全体の血流を整えました。」

さらに、「例えば、鍼灸で刺激した『百会（ひゃくえ）』や『三陰交（さんいんこう）』といったツボは、頭皮だけでなく全身の血流やホルモンバランスに働きかける効果があります」と話しました。

---

「成長因子と鍼灸が、髪の毛の悩みを内側から解決してくれるんですね」と美咲さんが感想を述べると、竹口先生は「その通りです」と笑顔で応えました。「自然治療の良いところは、髪だけでなく、体全体の健康が改善されることです。これが一時的な効果ではなく、長期的な健康をサポートする大きな理由なんですよ。」

美咲さんは、この治療法が髪だけでなく、自分自身の生活全体を変える可能性を秘めていることに希望を感じました。

---

## 2-2. 全身を整える鍼灸の力

---

治療を始めて数週間が経った美咲さんは、髪の毛の状態だけでなく、体全体に変化を感じ始めていました。冷え性だった足先が以前ほど冷たなくなり、肩や首のこりが軽減され、朝起きたときの体の重だるさが消えていました。

---

ある日の施術中、美咲さんは竹口先生に質問しました。「鍼灸って、どうして髪だけでなく体全体にこんなに影響を与えるんですか？」

竹口先生は微笑みながら答えました。「それは鍼灸が『全身を整える』治療だからです。髪の毛の悩みは頭皮の問題だけではなく、体全体の不調が現れているサインの一つとも言え

ます。鍼灸はその体全体を調和させることを目指しているんです。」

---

施術が始まり、竹口先生は美咲さんのツボを一つ一つ確認しながら、鍼を丁寧に打っていきます。「例えば、この『三陰交（さんいんこう）』というツボは、女性のホルモンバランスを整えるのに効果的です。さらに『腎兪（じんゆ）』というツボを刺激すると、体のエネルギーを高めることができます。」

鍼がツボに入るたびに、美咲さんは体がポカポカと温まる感覚を覚えました。「不思議ですね。鍼を打たれるたびに、体が緩んでいくような感じがします」と美咲さんは感想を述べました。

---

さらに、竹口先生は鍼灸がどのように髪の毛の成長に影響を与えるのかを説明しました。「髪を育てるためには、頭皮に十分な栄養と酸素が届く必要があります。そのためには、血流を改善することが欠かせません。鍼灸は血管を拡張し、血流を良くする効果があります。それだけでなく、自律神経を整えることで、体の回復力を引き出すんです。」

美咲さんは、鍼灸がただのリラクゼーションではなく、科学的な根拠に基づいた治療法であることを改めて実感しました。「全身を整えることで髪の毛の悩みも改善できるなんて、本当に理にかなっていますね」と感心して話しました。

---

施術が終わった後、美咲さんは心身ともに軽く感じる自分に驚きました。「髪の毛の悩みを改善したいと思って治療を始めましたが、体全体が元気になっているのを実感しています。肩こりがなくなっただけで、こんなに楽になるなんて」と笑顔を見せました。

---

竹口先生は、美咲さんに自宅でできるセルフケアとして、簡単なツボ押しを提案しました。「例えば、夜寝る前に『太溪（たいけい）』というツボを軽く押してみてください。冷え性の改善やリラックス効果が期待できますよ。」美咲さんは、「これなら無理なく続けられそうです」と嬉しそうに話しました。

---

## 2-3. 再生医療と伝統療法の融合

---

美咲さんは、治療を始めてから数ヶ月が経ち、自分の髪と体の変化を少しずつ実感していました。それでも、彼女の中には一つの疑問がありました。「再生医療と鍼灸という全く異なる治療法を組み合わせると、どうしてこんなに効果が出るのか？」

---

ある日の施術後、美咲さんは竹口先生に質問しました。「鍼灸は古くからの伝統的な治療法ですね。一方で、再生医療は最新の科学技術。どうしてこの2つが一緒になる

とこんなに効果的なんですか？」

竹口先生は、彼女の疑問に丁寧に答え始めました。「良い質問ですね。鍼灸と再生医療は一見正反対のように思われるかもしれませんが、実はお互いを補完し合う関係にあります。それが、私たちがこの2つを融合させている理由なんです。」

---

竹口先生はまず、再生医療の基本について説明しました。「再生医療の中心となるのが『成長因子』です。これは、髪を作り出す毛母細胞を活性化させる働きを持っています。頭皮に直接浸透させることで、髪が育つ土壌を整えるわけです。ただし、成長因子だけでは限界があります。体全体の血流が悪く、栄養が不足していると、その効果が十分に発揮されません。」

---

そこで登場するのが鍼灸です。「鍼灸は、血流を改善し、自律神経を整えることで、体全体を健康な状態に導きます。特に髪健康においては、頭皮への血流を良くすることが欠かせません。鍼灸によって頭皮環境が整えられると、再生医療の成長因子の効果が最大限に引き出されるんです。」

美咲さんは、鍼灸が再生医療を「補助する」役割を果たしていることに感心しました。「まるで、髪を育てるための土壌を鍼灸が整え、その上に成長因子という種を撒くようなものですね」と彼女がたとえ話をすると、竹口先生は笑顔で頷きました。

---

治療の一環として、美咲さんは成長因子を浸透させる施術を受けました。この治療では、専用の医療機器を使用して頭皮に成長因子を送り込むプロセスが行われます。その後、鍼灸治療が続きます。先生は「この 2 つを組み合わせることで、髪が育つだけでなく、体全体が元気になるんです」と説明しました。

---

数週間後、美咲さんは自分の髪に手を通すたびに、以前よりもコシが強くなり、ボリュームが増したのを感じるようになりました。また、肩こりや冷え性といった体の不調も軽減され、「髪が元気になると体も心も明るくなるんですね」と笑顔で話しました。

---

## 第 3 章: 治療の流れとプロセス

---

### 3-1. 初回カウンセリングでわかる髪と体の状態

---

美咲は、友人の勧めでレメディ治療院を訪れました。これまで何度も市販の育毛剤を試したものの効果を感じられず、「もう何をやっても無駄かも」と諦めかけていた彼女にとっ

て、最後の頼みの綱でした。

---

受付を済ませ、穏やかな雰囲気のカウンセリングルームに案内された美咲は、少し緊張した面持ちで椅子に座っていました。しばらくして現れたのは、竹口先生。優しい笑顔で「今日はお越しいただきありがとうございます。まずはどんなことでもお話ください」と声をかけられると、美咲の心の中にあった不安が少しずつ和らいでいきました。

美咲は自分の悩みを正直に話しました。「髪の毛のボリュームがなくなり、頭皮が目立つようになってしまいました。市販の育毛剤もいくつか試しましたが、全然効果がありません。何か私に合う方法があればと思って……」

---

竹口先生は、美咲の話を真剣に聞きながらうなずき、頭皮スコープを取り出しました。「では、まず頭皮の状態を見てみましょう。これが美咲さんの頭皮の現在の状態です」と、画面に映し出された美咲の頭皮を見せました。

美咲は初めて自分の頭皮を拡大して見ることになり、驚きました。「毛穴が詰まっているように見えますが、これは大丈夫なんですか？」と不安げに尋ねました。

竹口先生は、優しく答えました。「実は、毛穴に少し皮脂があるのは正常なことです。ただ、血流が不足している部分が見受けられるので、これを改善する必要があります。また、

頭皮の色が少し赤みを帯びていますが、これは血流の滞りやストレスの影響があるかもしれません。」

---

竹口先生は、美咲の髪の毛の悩みが頭皮だけでなく、全身の健康やホルモンバランスとも深く関係していることを説明しました。「頭皮は体の一部ですから、全身の状態が影響します。冷え性や肩こりなどはありませんか？」

美咲は、これまで感じていた体の不調について思い当たる節がありました。「はい、冷え性がひどくて、肩や首もいつも凝っています。それが髪にも影響しているんですか？」

「そうなんです」と竹口先生は続けました。「冷え性や肩こりは血流の滞りが原因の 1 つです。血流が悪いと、頭皮に栄養が届きにくくなり、髪が育つ環境が整わなくなってしまうます。」

---

カウンセリングの最後に、竹口先生は美咲の体調や生活習慣についても詳しく尋ねました。「睡眠の質や食事内容、ストレスの有無など、髪健康に関係することは多岐にわたります。これらを 1 つ 1 つ見直していきましょう。」

美咲は、自分の髪の毛の悩みが単に頭皮だけの問題ではなく、生活全体を見直す必要があることを初めて知りました。「髪の毛を改善するためには、全身を整えることが大事な

んですね」と納得した様子で話しました。

---

カウンセリングの後、美咲は治療の流れを説明されました。鍼灸で全身を整えながら、成長因子を頭皮に浸透させ、頭皮環境を改善していく治療法を提案されました。「最初は少し不安もありましたが、先生の説明を聞いて安心しました。自分に合った方法で取り組めそうです」と笑顔を見せる美咲の表情には、少し希望の光が宿っていました。

---

## 3-2. 頭皮ケアと鍼灸治療の実際

---

美咲さんは、初めての本格的な施術の日を迎えました。治療室に入ると、竹口先生が「まずは頭皮をリラックスさせることから始めましょう」と、ホットタオルを手に取りました。

---

「ホットタオルで頭皮を温めることで血流が良くなり、次の施術が効果的に行える準備が整います」と竹口先生が説明しながら、美咲さんの頭にタオルをやさしく当てました。温かさがじんわりと頭皮に広がり、美咲さんは緊張がほぐれていくのを感じました。

次に、竹口先生は小型のピーリング機器を取り出しました。「これは頭皮の皮脂や汚れを優しく取り除く機械です。頭皮が清潔になると、育毛に必要な成分がしっかり浸透しや

すくなります」と説明すると、美咲さんは「そんな方法があるなんて知らなかったです」と驚きながら施術を受けました。

---

ピーリングの後は、頭や首のツボを丁寧に刺激するヘッドマッサージが始まりました。「ここは血流を促すだけでなく、全身のリラックスにもつながります」と竹口先生が説明しながら、指先でツボを押していきます。美咲さんは目を閉じ、「これ、すごく気持ちいいです。肩や首の疲れが取れていく感じがします」と、すっかりリラックスした様子です。

---

マッサージが終わると、いよいよ育毛鍼（いくもうばり）が始まりました。「髪を育てるためには、頭皮の血流を良くし、毛根を活性化する必要があります。この鍼治療はそのための重要なプロセスです」と竹口先生が話しながら、慎重に頭皮に鍼を施していきます。

鍼治療が終わると、美咲さんは「痛みはほとんどなく、むしろ気持ち良いくらいでした」と感想を述べました。続いて、全身の鍼灸治療が行われ、体全体のバランスを整える施術が進められました。「髪健康は頭皮だけではなく、全身の調和が必要です。この鍼灸治療で、血流やホルモンバランスを整えます」と説明され、美咲さんは「体全体をケアするなんて、すごく理にかなっていますね」と納得の表情を浮かべました。

---

次に行われたのは、成長因子をエレクトロポレーション器で頭皮に浸透させる施術です。

「この機械を使うことで、成長因子を頭皮の深部まで届けます。これが毛母細胞を活性化し、髪を育てるエネルギーを供給します」と竹口先生が説明しました。美咲さんは「これが髪を育てるための栄養みたいなものなんですね」と興味津々に聞いていました。

最後に、施術を終えた美咲さんは着替えを済ませ、待合室でリラックスする時間を設けられました。「お茶を飲んでゆっくりしてから、仕上げの施術に入りましょう」と案内され、美咲さんは心地よい時間を過ごしました。

---

リラックスした状態のまま、最後の低出力レーザー治療が行われました。「このレーザーは、毛乳頭を活性化させる効果があり、施術の仕上げとして重要です」と説明を受けながら、キャップ型の低出力レーザー装置を装着しました。美咲さんは「これなら自宅でも取り入れられそうですね」と話しながら、治療の一連の流れに感心していました。

---

施術がすべて終わり、美咲さんは「頭皮も体もすっきりして、元気が湧いてくるような感じがします」と笑顔を見せました。「今までの育毛剤では得られなかった効果を期待できそうです」と話し、希望を持って治療を続ける意欲を見せました。

---

### 3-3. 成長因子の浸透治療の効果

---

美咲さんは、治療が進む中で、特に成長因子の浸透治療に興味を持ち始めていました。「成長因子って、具体的にはどんな効果があるんですか？」ある日、施術中に竹口先生に尋ねました。

---

「良い質問ですね」と竹口先生は答えました。「成長因子は、髪を生やす元となる毛母細胞を活性化させる役割を持っています。これにより、髪の成長サイクルが整い、新しい髪が生えてくるだけでなく、今ある髪もより健康的に育ちます。そして、この治療は頭皮の血流改善や鍼灸と組み合わせることで、効果がさらに高まるんです。」

---

この日も、エレクトロポレーション器を使った治療が行われました。美咲さんが施術ベットに横たわると、竹口先生が専用の機器を手に取り、「これは電気的な刺激を使って、頭皮に成長因子を浸透させる装置です」と説明しました。機器が頭皮に触れると、ほんのり温かい感触があり、美咲さんは「心地よいですね」と安心した様子で話しました。

竹口先生は続けて説明します。「この方法は針を使わないので、痛みがなく安全です。成長因子を深部にまで届けることで、髪を作る細胞を活性化させるんです。まるで乾いた土壌に栄養たっぷりの水を与えるようなものですね。」

---

治療が進むにつれて、美咲さんは頭皮に変化を感じ始めました。「なんだか頭皮が柔らかくなってきた気がします。以前は硬く感じたのに」と感想を述べると、竹口先生は「それは良い兆候です。頭皮が柔らかくなることで血流がスムーズになり、成長因子の効果がさらに発揮されるんですよ」と答えました。

---

ある日、施術後の待合室で美咲さんは竹口先生に、「これまで市販の育毛剤では全然効果がなかったのに、この治療を始めてから髪が少しずつ元気になっているのを感じます」と嬉しそうに話しました。「今まではただ塗るだけでしたが、この治療は根本的に違うんですね。」

竹口先生は頷きながら、「市販の育毛剤は、頭皮表面のケアが中心で、毛根や毛母細胞までアプローチするのは難しいんです。成長因子を直接浸透させるこの方法は、細胞レベルで髪を育てる環境を整えられる点が大きな違いです」と話しました。

---

また、成長因子治療を始めてから、美咲さんの生活にもポジティブな変化が見られるようになってきました。「髪の状態が良くなると、不思議と気持ちまで明るくなりますね。最近はお出かけするときも帽子で隠すのではなく、髪型を楽しむことが増えました」と話しました。

---

竹口先生は、美咲さんの成果を見て「治療の効果をさらに高めるために、引き続き日々のセルフケアや生活習慣の見直しを意識してくださいね」とアドバイスしました。「成長因子治療は髪のコツを強力にサポートしますが、それを持続させるためには、体全体の健康が大切です。」

---

## 第4章: 日常生活でのセルフケア

---

### 4-1. 頭皮マッサージとケアの重要性

---

美咲さんは、治療を重ねるうちに、自宅でできるセルフケアの重要性を実感していました。ある日、竹口先生に「家でも簡単にできる頭皮ケアの方法を教えてください」と相談しました。

---

竹口先生は、微笑みながら答えました。「もちろんです。実は、自宅でのセルフケアは、治療と同じくらい大切なんです。特に頭皮マッサージは、血流を改善し、髪のコツをサポートする効果があります。」

その日の施術後、竹口先生は美咲さんに、頭皮マッサージの具体的な方法を実演して見せました。「まずは指の腹を使って、頭皮を優しく押すようにマッサージしてください。力を入れすぎないことがポイントです。次に、円を描くように動かして、頭皮全体をほぐしていきます。」

---

美咲さんは、実際に自分の頭皮を触りながら練習を始めました。「これなら簡単にできそうですね。どのタイミングでやるのが効果的ですか？」と尋ねると、竹口先生は「お風呂上がりが一番おすすめです。頭皮が温まっているときに行くと、血流がさらに良くなりますよ」とアドバイスしました。

---

さらに、竹口先生は頭皮マッサージだけでなく、日常生活で気をつけるべきポイントも教えてくれました。「例えば、髪を洗うときに爪を立ててゴシゴシ洗うのは NG です。指の腹で優しく洗い、シャンプーはしっかり洗い流してください。残留物が毛穴を詰まらせる原因になります。」

美咲さんは、自宅でのケアに対して前向きな気持ちになり、「これなら私でも続けられそうです。毎日の習慣にしてみます」と嬉しそうに話しました。

---

数週間後、美咲さんは治療院を訪れた際に、「先生、最近頭皮が柔らかくなってきた

気がします。それに髪が少し元気になったような感じがします」と報告しました。竹口先生は「それは素晴らしいことです。セルフケアがしっかりと効果を発揮している証拠です」と答えました。

---

このように、自宅での頭皮マッサージは治療の効果を補完するだけでなく、美咲さん自身の意識や生活習慣の見直しにもつながりました。「毎日マッサージをすると、なんだかリラックスもできて気分が良くなるんです」と笑顔で話す美咲さんは、髪の改善だけでなく、心の変化も感じているようでした。

---

## 4-2. 髪の健康を支える食事と栄養

---

ある日の施術後、美咲さんは竹口先生に質問しました。「最近、髪のために食事もうをつけているんですけど、具体的にどんなものを食べればいいのか、いまいち分からなくて……」

---

竹口先生は頷きながら答えました。「それはとても良い心がけですね。髪の健康を支えるためには、栄養バランスが非常に大切です。髪の主成分はケラチンというタンパク質です

から、まずは良質なタンパク質をしっかり摂ることが基本になります。鶏肉や魚、大豆製品などが特におすすめですよ。」

「でも、それだけでは足りません」と竹口先生は続けます。「髪を作るためには、タンパク質だけでなく、ビタミンやミネラルも必要です。たとえば、ビタミン B 群は髪の細胞分裂を促進し、亜鉛はケラチンの合成をサポートします。また、鉄分は血液の循環を改善し、頭皮に酸素を届ける役割を果たします。」

---

「具体的な食材としては、どんなものがありますか？」と美咲さんが尋ねると、竹口先生は次のようにアドバイスしました。

- **タンパク質**: 鶏胸肉、卵、豆腐、納豆、鮭など
- **ビタミン B 群**: 玄米、ほうれん草、アボカド
- **亜鉛**: 牡蠣、かぼちゃの種、カシューナッツ
- **鉄分**: レバー、赤身の肉、小松菜

「これらをバランス良く取り入れることが大切です」と竹口先生が話すと、美咲さんは「なるほど！食事でこんなに髪に良いことができるなんて知りませんでした」と感心した様子でメモを取っていました。

竹口先生はさらに、「髪健康には、水分補給も重要です。水分不足は血流を悪化させ、頭皮の乾燥を引き起こします。1日に1.5～2リットルの水を目安に、こまめに摂るようしましょう」とアドバイスしました。

美咲さんは、「でも、忙しい日が続くと、つい偏った食事になりがちで……」と少し不安そうに話しました。それを聞いた竹口先生は、「すべて完璧にする必要はありませんよ。まずは、毎日の朝食に納豆や味噌汁などの大豆製品を取り入れることから始めてみてはどうでしょう？」と提案しました。「朝、白湯を飲む習慣も取り入れると、体が目覚め、代謝も良くなりますよ。」

---

数週間後、美咲さんは「先生のアドバイス通りに食事を見直したら、なんだか体全体が軽くなった気がします。それに、髪にもツヤが出てきた感じがします」と嬉しそうに話しました。竹口先生は「それは素晴らしいですね。髪だけでなく、体全体が健康になってきた証拠ですよ」と微笑みました。

---

#### 4-3. ストレスと睡眠の質を見直す

---

治療を重ねていた美咲さんは、髪の状態に少しずつ変化を感じ始めていましたが、一

方でストレスや睡眠の問題が依然として大きな課題でした。ある日の施術後、美咲さんは竹口先生にこう打ち明けました。「最近、髪の毛の調子は良くなってきましたが、仕事や家事のストレスで寝つきが悪い日が多くて……。」

---

竹口先生は優しく頷きながら答えました。「それはよくないですね。髪の毛の健康には、ストレスの管理と質の良い睡眠がとても重要です。ストレスが溜まると、自律神経が乱れ、血流が悪化して頭皮に十分な栄養が届かなくなります。それに、睡眠中は髪や肌が再生する大切な時間ですから、ここを改善することが次のステップですね。」

---

まず、竹口先生はストレス管理の具体的な方法を提案しました。「例えば、深呼吸や瞑想は短時間でできるリラックス法です。特に、吸う時間よりも吐く時間を長くする深呼吸は、自律神経を整える効果があります。」

美咲さんは実際に深呼吸を試してみることにしました。竹口先生が「では、息を 4 秒吸って、8 秒かけて吐いてみてください」とガイドすると、美咲さんは「これだけでなんだか気持ち落ち着いてきました」と笑顔を見せました。

---

次に、竹口先生は睡眠の質を高めるポイントについて話しました。「昔は『ゴールデンタイム』と言われていた夜 10 時から 2 時が大切だとされていましたが、今の研究では、睡眠の

最初の 90 分が特に重要だと分かっています。この時間にどれだけ深く眠れるかが、睡眠全体の質を左右します。」

美咲さんは興味津々で聞きながら、「その 90 分を深く眠るためには、どうすれば良いんですか？」と質問しました。竹口先生は、「就寝前にスマホやパソコンの画面を見る時間を減らすこと、寝る前に白湯を飲んで体をリラックスさせることが効果的です。また、寝室を少し暗めにして、静かな環境を整えるのもポイントですよ」と具体的なアドバイスを伝えました。

---

竹口先生はさらに、「ストレス解消のためには、適度な運動も大切です。特に朝のラジオ体操や軽いウォーキングは、自律神経を整えてくれる効果があります。朝日を浴びることで体内時計がリセットされ、夜に眠りやすくなる効果も期待できます」と話しました。

「それなら私にもできそうです」と美咲さんは意気込んで答えました。「最近は何でも完璧にしようと頑張りすぎていたのかもしれませんが。少し肩の力を抜いて、自分をいたわる時間を作ることを心がけてみます。」

---

数週間後、美咲さんは治療院で再び竹口先生に報告しました。「あれから寝る前のスマホを控えて、ラジオ体操も始めてみました。おかげで寝つきが良くなっただけでなく、朝の目覚めがスッキリしてきたんです。髪にも良い影響が出ている気がします。」

竹口先生は微笑みながら「それは素晴らしいですね。ストレスと睡眠を見直すだけで、体全体の調子が良くなり、髪にも良い循環が生まれるんです。これからも続けていきましょう」と励ましました。

---

## 第5章: 髪と体に訪れる変化

---

### 5-1. 髪のボリュームが戻るまでの道のり

---

美咲さんが治療を始めてから6ヶ月が経過していました。最初の頃は「本当に効果が出るのかな……」という不安もありましたが、今ではその気持ちに変化が生まれ始めています。ある日の診察で、美咲さんは竹口先生にこう話しました。「最近、髪の立ち上がりが良くなってきた気がします。それに、分け目が目立ちにくくなったんです。」

---

竹口先生は頷きながら「それは素晴らしい進展ですね。髪はすぐに劇的な変化を見せるわけではありませんが、頭皮の状態が整い、髪の根元が強くなることで、全体的なボリュームが改善してくるんです」と説明しました。

「髪の毛の成長には段階があって、まずは頭皮環境が整うことが重要です。その後、髪の毛が太く、強く成長していきます。このペースを維持することで、さらに見た目の変化が感じられるようになりますよ。」

---

美咲さんが治療の変化を感じ始めたのは、三か月目を過ぎた頃でした。そのときは「なんとなく髪が増えたような気がするけど、自分の思い込みかも……」と半信半疑でしたが、写真を見比べてみると明らかな違いに気づきました。

「この写真、最初に撮ったものと見比べてください。分け目の部分の透け感が減っているのが分かりますね」と竹口先生が説明すると、美咲さんは驚きながら「本当ですね！ 自分では気づかないけど、こうして見ると確かに違います」と声を上げました。

---

また、髪の変化だけでなく、美咲さん自身の生活にもポジティブな影響が出てきました。「髪の毛のことばかり気にしていた以前に比べて、気持ちが前向きになってきました。朝の準備も楽しくなってきて、新しいヘアスタイルにも挑戦してみようかなと思っています」と笑顔を見せました。

---

竹口先生は、美咲さんの進歩を評価しつつも、「ここで油断せずに、引き続きセルフケアと治療を継続していきましょう。髪の毛の改善は継続が大事です。これまでの成果を基盤に、

さらに髪の質を向上させていきましょう」とアドバイスを続けました。

---

施術を重ねるたびに、美咲さんの髪は徐々にボリュームを取り戻しつつありました。頭皮の血流が改善され、栄養が行き届くことで、髪1本1本が強く、健康的に成長しているのを実感できました。竹口先生は「治療の成果は、頭皮や髪の状態を観察するだけでなく、ご自身の体調や気持ちの変化からも感じ取れます」と伝えました。

---

1年後、美咲さんは治療院での定期診察を終えたあと、ふと初めて治療を受けたときの自分を思い出していました。「あの頃は自信を無くしていて、どうすれば良いのか分からなかったけれど、治療を続けて本当に良かった」と振り返ります。

---

## 5-2. 健康改善がもたらす自信と喜び

---

治療を始めて1年が経ったある日、美咲さんは久しぶりに大学時代の友人たちと会うことになりました。久しぶりの再会に少し緊張していた美咲さんでしたが、当日、友人たちから思いがけない反応を受けました。

---

「美咲、なんだか若返ったみたいね！ 髪がふんわりしていて、すごく素敵よ」と友人の一人が声を上げました。他の友人たちもうなずきながら、「本当に、前よりも生き生きして見えるわ。何か特別なことを始めたの？」と次々に質問を投げかけました。

美咲さんは、これまでの治療の経緯を簡単に話しながら、「実は、髪の悩みで少し落ち込んでいた時期があったんだけど、治療を始めてから少しずつ改善してきたの」と答えました。その言葉には、これまでの努力と成果に裏打ちされた自信がにじんでいました。

---

自宅に戻った美咲さんは、その日の出来事を LINE で竹口先生に報告しました。「友人たちから褒められて、本当に嬉しかったです。髪の改善だけでなく、自分自身も変わったような気がします。」竹口先生は微笑みながら、「それは素晴らしいですね。髪が健康になると、見た目だけでなく心にも大きな影響を与えます。自分を大切にすることが、周囲にも良い印象を与えるんですよ」と答えました。

---

美咲さんの生活は、髪が改善するにつれてポジティブな方向へと大きく変化していきました。「最近朝起きるのが楽しみになってきました。髪型を整える時間も増えて、外出するのが苦じゃなくなったんです。」それまでは帽子で隠すことに必死だった美咲さんが、今では自分の髪型を楽しむ余裕を持てるようになっていました。

---

さらに、美咲さんは髪の改善だけでなく、体調の変化にも気づき始めていました。「前は冷え性で夜中に目が覚めることが多かったんですが、今ではぐっすり眠れるようになりました。朝もスッキリ起きられて、体が軽く感じるんです。」竹口先生は「それは治療とセルフケアの成果ですね。髪健康は体全体の健康と密接につながっていますから」と話しました。

---

美咲さんは、以前は気にしていなかったような小さなことにも幸せを感じるようになりました。「髪の悩みが少しずつ和らいでいくことで、心にも余裕が生まれた気がします。家族にも優しく接することができるようになって、夫や子供たちからも感謝されるが増えました。」

---

竹口先生は、「健康と自信が結びつくことで、美咲さんのように全体的な生活の質が向上することは多いです。髪の改善を目指した取り組みが、最終的には心と体全体を良い方向に導いているんですね」と改めて説明しました。

---

### 5-3. 女性を取り戻す「新しい自分」

---

治療を始めて1年半が過ぎたころ、美咲さんは自分がどれだけ変わったのかを改めて実感する出来事がありました。友人の結婚式に招かれた彼女は、久しぶりに華やかなドレス

を身にまとい、美容院で念入りにセットしてもらった髪を鏡に映しました。

---

「こんなにきれいな髪型が似合うなんて、何年ぶりだろう……」美咲さんは、自分の髪が堂々と披露できるまで回復したことに感動しました。結婚式の会場でも、「美咲さん、今日は本当に素敵ですね！」と声をかけられ、周囲の視線が自然と集まるのを感じました。

以前の美咲さんなら、髪のボリュームが気になり帽子で隠したり、写真に写るのを避けたりしていました。しかし、今ではカメラに向かって自然な笑顔を見せることができる自分になりました。

---

「治療を始めた当初、こんな日が来るなんて思っていなかった」と、美咲さんは竹口先生に感謝の気持ちを伝えました。「髪が薄くなり始めた頃は、自分の価値が下がったような気がして、人前に出るのが怖かったです。でも、髪が元気になったことで、自分自身に少しずつ自信が戻ってきました。」

---

竹口先生は、「髪の改善は、単に見た目を変えるだけでなく、心の状態や行動にも大きな影響を与えます。美咲さんが新しい自分を取り戻したのは、髪だけでなく、健康的な生活習慣を取り入れ、心身ともに整ったからこそです」と微笑みながら答えました。

---

美咲さんは、自分の変化に驚くだけでなく、新しい目標も見つけ始めていました。「これまで家族のために頑張ってきたけれど、今度は自分のために新しい挑戦をしてみたいと思っています。たとえば、前から興味があったフラワーアレンジメントを習いに行くことにしました。髪も元気になったことで、新しいことに挑戦する勇気が湧いてきました。」

竹口先生は、「それは素晴らしいですね。髪が元気になると、気持ちが前向きになり、いろんなことに挑戦したい気持ちが生まれるものです。美咲さんのように新しいことに挑戦する姿勢は、さらに健康的な変化をもたらしますよ」と応援しました。

---

治療の終盤、美咲さんは新しい日常を楽しみながら、かつての自分に別れを告げるような感覚を覚えていました。「髪が薄くなることに悩んでいた頃、私の世界は狭くなっていました。でも今では、髪の悩みを忘れて過ごせる日々がこんなにも豊かで楽しいものだと感じました。」

---

美咲さんの変化は、単に髪が回復しただけではなく、「新しい自分」としての生き方を見つけたことでもありました。髪を取り戻すことで得られるのは、自信、笑顔、そして未来への希望。そのすべてが彼女にとって、かけがえのない財産となったのです。

---

おわりに

---

## 6-1. 髪と体の健康を取り戻すために

---

美咲さんが初めて竹口先生の治療院を訪れた日、彼女の表情には不安と期待が入り混じっていました。「本当に髪を取り戻せるのか」という不安と、「自分の力で変わりたい」という強い思い。それから1年半、治療とセルフケアを通じて、美咲さんの髪も心も見違えるように変わっていきました。

---

治療を通じて美咲さんが得たのは、髪のボリュームだけではありません。髪の変化がもたらしたのは、自信と笑顔、そして心の余裕でした。「髪が元気になったことで、心も軽くなりました。悩んでいた頃には考えられなかったような新しい目標が持てるようになったんです」と、美咲さんは嬉しそうに話します。

彼女は今、自分の時間を大切に、心から楽しむことに挑戦しています。「髪の悩みから解放されることで、自分の人生にもっと向き合えるようになった気がします」と語る彼女の姿には、かつての不安な面影はもうありません。

---

## 6-2. 再生医療と鍼灸が広げる未来

---

竹口先生は、美咲さんの変化を通じて再確認したことがありました。それは、再生医療と鍼灸を組み合わせたアプローチが、髪の毛の悩みだけでなく、患者の心と体全体の健康を支える可能性を秘めているということです。

---

「髪の毛の治療はただの外見の改善ではなく、心身の健康を取り戻す旅なんです」と竹口先生は言います。「髪の毛が薄くなるという悩みは、人それぞれ違った背景を持っています。栄養の不足、ストレス、自律神経の乱れ、あるいはホルモンバランスの変化。これらの根本的な問題に向き合うことで、髪の毛の改善だけでなく、健康そのものが良い方向に変わります。」

---

美咲さんをはじめとする多くの患者さんが、このアプローチによって新しい自分を発見しました。治療を通じて得られるものは、髪の毛の健康だけではありません。それは、自分自身を受け入れ、さらに向上させるための強さと前向きな姿勢です。

再生医療と鍼灸の可能性は、これからも進化を続けます。科学的な知見が日々深まる中で、個々の患者に合わせたより効果的な治療法が開発されていくでしょう。そして、その道筋をつけるのは、患者一人ひとりの「変わりたい」という思いと、その思いに応えようと

する治療者たちの情熱です。

---

本書を通じて、あなた自身の髪の健康や体調の改善、そして新しい自分への可能性に気づいていただけたなら、これ以上の喜びはありません。この旅路は決して一人で歩むものではありません。専門家のサポートを受けながら、確かなステップを踏み出してください。

髪の悩みから解放される未来は、ただの夢ではありません。それは、一歩ずつ着実に歩んだ先に広がる現実です。再生医療と鍼灸の力を借りて、あなたもその未来への扉を開けてみませんか？

---

**「新しいあなた」に出会える日が、一日でも早く訪れますように。**

## あとがき

---

このたびは、本書を最後までお読みいただき、本当にありがとうございます。この本を手に取り、ページを進めてくださったすべての方に、心から感謝の意を表します。髪の悩みは多くの女性が直面する問題です。それに真剣に向き合い、自分を変える一歩を踏み出そうとしている皆さんの姿勢に、私は深い敬意を抱いています。

---

本書では、更年期やストレス、びまん性脱毛症などの女性特有の髪の悩みに焦点を当て、再生医療と鍼灸という新しいアプローチを提案しました。髪健康が単に外見の問題ではなく、体全体の健康や心の在り方に深く結びついていることを、多くの事例とともにお伝えしました。再生医療の成長因子、鍼灸を用いた全身の調整、そして日常生活でのセルフケア。この3つの柱を通じて、髪と体を整える方法をご紹介します。

---

本書で特に強調したかったのは、「髪健康を取り戻すことが、人生全体をより豊かにする鍵である」というメッセージです。髪の悩みを抱える多くの女性が、それによって失われる自信や、日常の喜びを見出せなくなるという状況を、私はこれまで数多く目にしてきました。しかし、適切な治療とケアを受けることで、再び自信を取り戻し、新しい自分に出会うことができます。本書がその第一歩となり、多くの方にとって希望の光となれば幸いです。

---

読者の皆さまには、髪健康を取り戻すためにぜひ実践してほしいポイントがいくつかあります。例えば、日々のセルフケアの重要性です。頭皮マッサージ、バランスの取れた食事、適切な睡眠といった基本的な生活習慣の改善が、治療の効果を大きく左右します。また、再生医療や鍼灸治療を取り入れることで、短期的な変化だけでなく、長期的に健康を維持する土台を築けます。本書を通じて学んだ知識を、ぜひ実生活で試してみてください。

---

さらに、本書が読者の皆さまの「心」の変化にもつながることを願っています。髪が健康になると、心に余裕が生まれます。その余裕が、日常の些細な幸せを感じる力を高め、人間関係や生活全般をより良いものへと導いてくれるでしょう。美咲さんのように、髪を通じて新しい自分に出会い、人生を楽しむ姿を皆さまにも実感していただきたいのです。

---

再生医療や鍼灸の可能性は、今後ますます広がっていくでしょう。科学の進歩により、髪の悩みに対応する新しい方法が次々と生まれています。同時に、鍼灸という伝統療法の知恵を取り入れることで、体全体の調和を保ちながら、より根本的な健康を追求することが可能です。これらのアプローチを柔軟に組み合わせることで、女性特有の髪の悩みに対する解決策はさらに進化していくでしょう。

---

最後に、皆さまにお伝えしたいことがあります。髪の健康を取り戻す旅は、決して孤独なものではありません。信頼できる治療者や専門家のサポートを受けながら、一步步進んでいけば、必ず新しい自分に出会える日が訪れます。本書がその道しるべとなり、少しでも前向きな気持ちを抱ききっかけとなれば、私にとってこれ以上の喜びはありません。

---

髪と体の健康を取り戻し、自分らしい輝きを取り戻す日々を歩むために。本書を通じて

出会った皆さまが、その旅路の先にある新しい未来を楽しんでいただけることを、心からお祈り申し上げます。

---

**これからの皆さまの成功と健康を心から願っています。**

**最後までお読みいただき、本当にありがとうございました。**

## 著者紹介

---

### 竹口公雄（たけぐちきみお）

薄毛・抜け毛専門の鍼灸治療院「レメディ」代表。鍼灸師・毛髪診断士として、多くの患者さんの髪の毛の悩みに向き合ってきました。

母親自身が乳がん治療の副作用で髪を傷つけたことをきっかけに、髪の毛の健康に深く関心を持ち、薄毛・抜け毛専門の鍼灸治療をスタート。

また、再生医療の技術を取り入れ、成長因子や低出力レーザー治療などの最新科学を融合。自然治療と先端医療の両方を活用し、安全で効果的な育毛治療を提供しています。

髪の悩みは見た目だけでなく、心にも大きな影響を与えるもの。患者と向き合い、セルフケアの重要性を伝えながら、生活習慣の改善までサポートしている。

本書では、薄毛に悩む女性が「自分らしい美しさ」を取り戻すための具体的な方法を、ストーリー形式でわかりやすく解説しています。髪の健康を徹底的に、より豊かな人生を送るためのヒントを提供しています。

## 治療院のご案内&メール登録のご案内

---

本書をお読みいただき、ありがとうございます。

髪の悩みは一人で悩まず、正しい知識と正しいケアを続けることで改善へと導くことができます。もし、本書の内容についてさらに詳しく知りたい、またはご自身の髪の悩みについて相談したいとお考えの方は、ぜひご連絡ください。

### ◆ レメディの特徴

- ✓ 鍼灸と再生医療を組み合わせた根本治療
- ✓ 低出力レーザーや成長因子の浸透治療による最先端ケア
- ✓ 一人ひとりの体質に合わせたオーダーメイドの施術

✓ 食事・睡眠・ストレス管理などのトータルアドバイス

髪の毛の悩みは **早めの対策が重要** です。

「気になり始めたらすぐに行動」が、将来の髪を守る第一歩になります。

### 治療院情報

薄毛・抜け毛専門の鍼灸治療院レメディ

 **所在地**： 大阪府豊中市本町 1-13-29 竹の回廊ビル 2 階

 **TEL**： 06-6836-9153

 **メール**： [remedy.osaka@gmail.com](mailto:remedy.osaka@gmail.com)

 **公式 HP**： <https://usugeshinkyu.jp/>

**LINE 登録**：

<https://utage-system.com/line/open/YAQzPDQh9kt3?mtid=XAjBjWVkv3>

**髪の毛の健康は、あなたの人生の自信につながります。**

今こそ、一歩踏み出してみませんか？

---

 **メール登録のご案内**

さらに、**メール登録**をしていただくと、**髪**の健康を守るための「**ためになる情報**」を定期的にお届けします。

- ✓ 自宅でできる簡単な頭皮ケア
- ✓ 食事や生活習慣のポイント
- ✓ 最新の育毛治療情報
- ✓ Q&A で寄せられる髪の悩みへの回答 など

登録は **無料** です！

ぜひこの機会に **メール登録** をして、髪と健康を守るための知識を手に入れてください。

- ✓ 登録は簡単！

以下のリンクからメールアドレスを入力するだけ！

👉 [登録フォーム URL] <https://utage-system.com/p/JzTbxI4DQg0e>

📧 メール登録後すぐにガイドをお送りします！

「今の悩みを少しでも改善したい」と思ったその瞬間が、髪を取り戻しチャンスです！

ぜひ、この機会にご登録ください！