

叩き玉の柔らかい、ポンポンハッピーには、隠された力が。
「ツボ」マッサージには、強い刺激？弱い刺激？どちらが良いのか。
身体にやさしいので女性の方は、必見です。

「こり」を、ほぐすには、「ツボ」を強く刺激するのが良い。と言われたのはいつ頃からでしょうか。

マッサージは、「按摩」として、奈良時代に中国から伝来したといわれます。

当時は、身体を、叩いたのか、さすったのか、治療方法は、さだかではありません。

江戸時代には、強く刺激してた様ですね。

時代劇に、「かなりこってますね、特別つよくやりますよ」「お願いします」との会話シーンを見たことはありませんか？

昔は、「こり」は、強く刺激してほぐす、という考えだったのでしょね。

1950年頃に、マッサージに行って、同じ様な意味の会話をした記憶があります。

「コリは、ツボを強く刺激する」という概念は、どれ程前から有ったのでしょうか？

前世代から、長い間受け継いできた、「こりは、強く刺激するもの」と言う思いは、

私達の、心の中に長い年月を経て、潜在意識として残り、固定概念化しているようです。

そして、この概念は、なかなか消えないものです。

現在も、こり解消用として、販売されているグッズの、ほとんどが「ツボを、強く刺激する」目的として作られております。

現に、マッサージグッズとして、売られている品々の、身体に当たる部分のほとんどが硬い素材で出来ております。

ポンポンハッピーは、昔からの、固定概念(ツボは強い刺激で)とは、全く逆の、手の指で握り潰せる程の、柔らかい叩き玉、にして、身体に優しくしました。

それは、人間の特性、生まれながらにして持っている、防衛本能等を考慮したもので、「防衛本能でガードされない範囲」の柔らかさにしました。

「ポンポンハッピー」は、平成23年に、実用新案登録を致しました。

登録されたということは、今までは「柔らかい叩き玉」の、マッサージ具は登録されていなかったことの証とも言えます。

今までには無かった「柔らかい叩き玉」と「堅い叩き玉」の違いを、ご理解いただきたいと思っております。

弱い力には、意外な力が

故事ことわざに、「雨だれ石をうがつ」「水滴石を穿つ（うがつ）」と言うのが有ります。わずかな水滴でも、絶えず落ちると、硬い石にも穴をあける、という意味です。

柔らかな叩き玉の、弱い力でも、数多く叩きますと、強い力になります。

それが、柔らかい叩き玉の、秘密です。が、更に、もっと素晴らしい利点があります。

人間の特性

私達の体を、硬い玉で、叩いた場合と、柔らかい玉で、叩いた場合の違いを、簡単に説明することに致します。

私達の人体の特性を考えますと、その違いには、大きな差があるのがお判りいただけるかと思えます。

私達人間は、超高性能コンピューター（頭脳）が、個々の、超精密機器（臓器）を、超高度な枠組みで連携、運動させて、お互いが、防御しあい、バランスを取りつつ、一体として、生存している生命体です。

私達人間は、自身の生命、健康の維持、生存する為の、数多くの本能を持って生れており、外敵から身を守る本能、防御本能、防衛本能も、持っております。

私達の、健康を維持するには、血流を、良くし栄養や酸素を、全身に行き渡らせるのが、前提になります。血流不足は、身体に「こり、冷え」又は「重大な異変」がおこります。

ツボを「硬い玉で、叩いた」場合は。

- ・私達の本能は、一見して、「危険な物」と判断した場合は、筋肉を収縮して、体内に危険な刺激が入らない様に、防御本能が働きます。
- ・いつも使っている、見慣れた物に対しては、徐々に、筋肉を収縮して体内をガードします。

叩いた貴方は、その刺激は、「ツボに、充分効いている」と感じております。

- ・叩く回数が、増えて、刺激が強くなりますと、筋肉は、体内をガードする為に、次第に強く収縮します。

更に、叩くと、筋肉が、麻痺状態になり、痛みの感覚が無くなります。

叩いている貴方も、危険を察知して、叩くのを、中止せざるをえません。

貴方が、「ツボに効いている」と感じた、有効な刺激は、最初の数回のみ、だったのでないでしょうか？

ツボの、ほとんどは、筋肉の奥に有ります。

貴方が、刺激したのは、筋肉であって、ツボではなかったのです。

その刺激のほとんどは、内部に入らないように、筋肉で、ガードされているのですから。筋肉が、麻痺状態になり、筋肉の痛みが（こりの症状も含め）感じなくなりますと、貴方は、「あ〜、こりが取れて、さっぱりした」と思うのです。

それには、「ここまで刺激したのだから、効いて当然だ」と自己満足？が含まれます。そして、その後、痛めた筋肉が、回復しようとする痛みが、現れます。

私達は、その痛みを、「もみかえし」と言っております。

「もみかえし」の痛みが、消えると同時に、元の「こり症状」が現れます。

これが、昔から、何回となく繰り返された、シーン、だったのではないのでしょうか。ここで貴方は、「私は、慢性のコリ症なんですよ」と言うことになる訳です。

柔らかい叩き玉「ポンポンハッピー」で叩いた場合。

ポンポンハッピーは、考えられる目的を達成する為に、最も簡単な構造にしました。柔らかい叩き玉を、私達が、目で見て、手で触れた時の、感触、感覚は、どうでしょうか。

「柔らかで、刺激が弱いね」「これで叩いて効き目あるの」「頼りなさそう」と言い、人によっては「子供のオモチャみたい、かわいいね」と言う人もおります。

皆様が、ポンポンハッピーを、最初、手に触れた時の、第一印象はこの様でございます。

私達の本能は、「ポンポンハッピー」に対して、身体には、絶対に、危険や害を及ぼさない物体、安心・安全な物体であると、認識します。

ポンポンハッピーで、叩いた刺激は、身体に対して、安全で無害である、として、本能からは、何の、制限も、抵抗もされません。

ポンポンハッピーの刺激は、身体の内部へ、フリーパスで通してくれるのです。

私達の人体の、奥深く迄、入り込めます。

実際に、叩いてみて下さい。

叩いた感じが、身体の表面ではなく、身体の奥からの、心地好い刺激として実感出来るはずですよ。

「ツボ」の、ほとんどは、筋肉の奥、に有ります。

例え、弱い刺激ではあっても、無抵抗で、筋肉の奥まで入る、と言うことは、「ツボ」を、刺激して治療する目的、の為には最も大事です。

「ポンポンハッピー」で叩きますと、

例えば、「1」の力で、叩いた刺激が、身体の奥まで、そのまま、「1」で、届きます。

ここで、故事ことわざ「雨だれ、石をうがつ」「水滴、石を穿つ（うがつ）」を、思い出して下さい。（わずかな水滴でも、絶えず落ちると、硬い石にでも穴をあける）

20回叩けば「20」、30回叩けば「30」、全ての、「力」が「ツボ」に届きます。

素晴らしい「力」を発揮する、とは思いませんか。

「ポンポンハッピー」の発する、柔らかな叩き玉の、心地好い刺激は、人間の防御・防衛本能の網のなかを、抵抗や制限されずに、人体の奥深く迄、入り込みます。しかも、「もみかえし」は、有りません。

「ポンポンハッピー」の、優しい刺激は、体の奥まで、進入自由、のライセンス付きです。この様に、

「ポンポンハッピー」は、優しい中に、隠れた、大きなパワーを、秘めております。その為に、叩き方として、「心地良く感じる範囲で、叩いて下さい」そして、「痛みを感じたら、叩かないで下さい」と、制限しているのをごさいます。

ご納得、いただけましたでしょうか。

ポンポンハッピーの使用法の基本は、貴方自身で「頭から、足裏までの、全身のツボ」を、20回位ずつ、やさしく、ポンポンして頂きます。

貴方は、優しくポンポンするだけです。

そして、「ポンポンハッピー」のパワーを、体感なされてはいかがでしょう。

人間の本能は、安らぎを、覚える、心地好い、刺激に対しては、「ストレスの改善」という、素晴らしい贈り物、を用意しております。

柔らかな、叩き玉には、更なる利点が「リンパの流れを促進」

大きなパワーを秘めた「ポンポンハッピー」は、叩き玉が、柔らかい為に、身体の、ほとんどの部分を「ポンポン」できます。

ポンポンの刺激、全てが、心地好く、身体の奥まで届きます。

柔らかい叩き玉だからこそ、頭のツボ、顔面のツボにかかわらず、全身の「ツボ」を心地好く刺激、出来るのです。

優しい、心地好い刺激が、「ツボ」の持つ効能、効果を、最大限に、引き出します。

更に、「ポンポン」する動作が、全身を流れる「リンパの流れ」を促す、と言う、利点が、ポンポンハッピーに、加わります。

一挙両得とは、この様な事ですね。

優しく「ポンポン」することで、「ツボマッサージ」と、「リンパマッサージ」が同時に出来るのですから。

リンパの流れ

リンパ液は、静脈から溢れ出された、老廃物、細菌、疲労物質等と一緒に、私達の、全身を、常時、循環しております。そして、リンパ節にて、きれいに「ろ過」(免疫動作)して静脈に戻る、という重要な役割をもって体内を流れております。(リンパ節は、体内で600~800有ると言われます)

血液が、心臓を出て心臓に戻るのにかかる時間は、約 40 秒です、が。

リンパ管には、ポンプ機能が有りません。

筋肉収縮の際の「筋ポンプ作用」で流れますので、体内を、一周するのに、約 12 時間かかると言われております。

運動不足や、長時間同じ姿勢でいたり、年齢を重ねるごとに、更に、流れが遅くなります。流れの善し悪しは、私達の健康に、非常に密接な関係があります。

「リンパの流れ」が悪い為に起こる症状、として「むくみ、こり、疲労、免疫力低下」等が挙げられます。

「筋ポンプ作用」

・筋肉が動く事による圧迫で、リンパ管が収縮する作用により、リンパ液が流れます。

「リンパ節には、ウィルスをやっつける NK 細胞等が眠って息を潜めています。

外敵が侵入すると目覚め、リンパ管を流れて、左鎖骨の下で血管に合流し、総攻撃を仕掛けます。リンパを流すと免疫力アップにつながる。」と言われております。

世間には、「リンパを、リンパ節に流し込む」と言う、考えの方がおりますが、リンパは、上記のように大事な機能（免疫動作）を持っております。

無理に、流し込む、行為は、お勧めできません。老廃物、細菌等をそのまま体内に戻す行為です。

ポンポンハッピーは、筋肉を「ポンポン」叩いて「筋ポンプ作用」を補助するものですから安心して、使用出来ます。

リンパの流れを良くする為には、腕、足、身体の筋肉を、動かす必要があります。

その為に、ウォーキング（膝を高く上げて、大腿で早足）や、軽い運動が、よく推奨されております。

しかし、時間が無かったり、外出や運動の、苦手な方がおられたりして、なかなか、実現されないのが実情のようです。

その様な方の為に、ポンポンハッピーを、お勧め致しております。

ポンポンハッピーは、「頭から足裏まで」のツボマッサージに、ポンポンする範囲を、若干広げることで、リンパマッサージの効果も、同時に期待できます。

貴方は、ただ、約 5 分間、優しくポンポンするだけです。

ポンポンハッピーの効果は、すぐに現れ、貴方は、身体が軽く感じられます。

リンパの流れが良くなりますと、身体全体に、リフレッシュ効果が現れます。

女性特有の症状、冷え性や老化防止の為に、「ポンポンハッピー」を。

全身のツボの効果と、全身の血流、リンパの流れ、が良くなります。女性の方には、是非、続けて頂きたいものです。貴女は、やさしく全身を「ポンポン」するだけです。

ポンポンハッピーを使用された、お客様から、よくある質問

Q.私は、肩こり、で困っておりますが、何故、全身をポンポンするのですか？

A.こういう質問が、かなり多く有ります。

肩こりの原因は、ストレス・疲労（過労）・目の疲れ・姿勢・長時間のお座り・血流の悪さ・身体の冷え、等と、沢山有り、全身に及びます。

「肩こり」は、それらの原因が、表に現した、一つの症状にすぎません。

こっている所だけを、刺激しても、何の効果もありません。

代表的な原因は、ストレス、があげられます。が、他の要因も重なっております。

その為に、頭から、足裏までの「ツボ・リンパ」を「ポンポン」していただき、全身の血流、リンパの流れを良くします。

就寝前に、全身を「ポンポン」しますと、良く眠れるようになります。

そうすることにより、各ツボの効果と、リンパの働きや、質の良い睡眠により、ストレスが、解消し、全体の体調が改善されます。

全身の「ポンポン」を、続ける事で、徐々に、「肩こりが改善」していきます。

「ポンポンハッピー」は、どの様な症状の方にも、同じ方法で、お勧めしております。

「毎日、全身を「ポンポン」することは、各症状の予防にもなる」と言うことです。

最近、次の様に、体の部分ごとへの、刺激を勧めているのが多いですね。

- ・足裏は、身体に良いから、しっかり刺激しましょう。
- ・首の後ろ（首のV字筋）は、素晴らしいツボがいっぱい
- ・ふくらはぎは、第二の心臓と言われる、良く揉むのが良い。

以上の三ヶ所は、大事な部分です。が、他にも大事な部分が、沢山有ります。

局部に、片寄るのは、お勧めしません。

私達の体は、バランスが重要です。他の部分も公平にしてくださいね。

そのほうが、効果が倍増します。

上記の三ヶ所を含め、「頭から足裏まで」を、まんべんなく「ポンポン」して下さい。

時間は、全身で5分～10分位です。

「ポンポンハッピー」は、貴女の幸せ、の為に働きます。

何故、ポンポンハッピーには、そのような、効果が有るのか

- ・「頭から足裏」迄の、各ツボに、柔らかい叩き玉の、心地好い刺激が、ツボに対して直接に働き、各ツボの持つ、効能・効果を最大限に引き出します。
- ・全身の「血流」「リンパの流れ」が良くなります。
- ・全身の「ストレス解消、むくみ・こり・疲労の改善・免疫力アップ」になります。
- ・体調が改善することで、質の良い睡眠が得られます。
- ・夜、寝る前に「ポンポン」しますと、グッスリ眠れます。
それが、自己治癒力、自然治癒力の向上につながります。

「ストレス」と「不眠症」は、「ニワトリ」と「たまご」の関係？

ストレスを改善するには、質の良い、睡眠が不可欠です。

又、不眠症を改善するには、ストレスの改善が不可欠です。

「ポンポンハッピー」は、双方の改善に作用します。

今までに「5分間マッサージ」を続けられたお客様の声です。

- ・疲れが取れ、身体、足が軽くなり、ダルイ、重い、が無くなった。
- ・寝付きが良くなり、朝までグッスリ、トイレの回数が減った。
- ・冷え症が改善した。寝る時、足がポカポカ。
- ・肩こり、腰痛が楽になり、ギックリ腰が改善した。
- ・五十肩が改善した。
- ・足がツツタ時「足三里」で痛みがやわらいだ（即効）
- ・「5分間マッサージ」を続けたら、足がツラなくなった。
- ・（88歳の方）まだまだ長生き出来そうです。
- ・風邪をひかなくなった（免疫力アップ）
- ・花粉症の症状が楽になった（免疫力アップ）
- ・友達に「健康美人になったね」って言われた。
- ・血圧を下げる為に（手でボールを握る）使用しています。

「片手で2分握り1分休む動作を、両手で2回ずつ」（ためしてガッテンより）

「ポンポンハッピー」は「気功療法」に通じている。

2014年5月25日に、テレビ東京の「モヤモヤさまぁ〜ず2」で放映されました。

突然、テレビで放映された事は、私としては、大事件でした。

放映終了後は、全国から、沢山のご注文を頂きました。有難うございます。

私の印象に、強く残った事がございました。それは、

「モヤモヤさまぁ〜ず2」の番組が、終わったと同時に頂いた、電話の内容です。

東京在住の女性 Y.T 様、曰く。

「私は、ポンポンハッピーの様な、グッズを探していたんです。

私は、気功の勉強をしています。気功の先生から「手を軽く握り、身体全体を、軽く叩くと、身体の為には、大きい効果がある」と言われて、毎日手で「ポンポン」やっておりました。私の体には、非常に効果がありました。

しかし、手では届かない所も有り、不便を感じておりました。

番組の中で「ポンポン」叩き合っているのを見て、「これでポンポンやれば良いんだ」と思って電話しました。できるだけ早く、送って下さい、両手でやりますので、2個お願いします。」との内容でした。

「気功」では、

私達の身体には、過去から現在までの、精神的、肉体的の、全ての状況（良し、悪し）が、私達の肉体に、必ず現れる。

人間の、全ての可能性は、私達の肉体の中に有る。

と言われます。

「気功」で、おススメが、プラス志向療法（心地良いシゲキ）です。

プラス志向療法は、私達の肉体に眠っている可能性（治癒力等）を、存分に引き出させる働きをします。

「ポンポンハッピー」を、使用する際には、心地好さを感じながら、気持ちを込めて、やさしく「ポンポン」：するのが、「気功療法」です。

「ポンポンハッピー」に、もう一つ「気功療法」のパワーが、プラスになりました。

「ツボマッサージ」「リンパマッサージ」「気功療法」の、トリプルパワーです。

「ポンポンハッピー」は、心地好く感じる範囲で、やさしく「ポンポン」して下さいね。

きっと、貴方に、幸せな明日が。

お客様からは、一様に、「あの様な、簡単な物で、何故良くなるのですか？」とよく言われます。そのお答えの意味を兼ねまして、いろいろ、書き述べた次第でございます。今後とも、ポンポンハッピーを、尚一層、ご理解いただきまして、末長くご愛用下さり、又、ご愛顧賜りますれば、幸いと存じます。よろしくお願い申し上げます。