
Woodcise® ウッドサイズ

Hesonoへッソ

「ホント」の自分と繋がる
へそ お
臍の緒

「気持ちいい～」を習慣にすることで、ホントの自分と繋がる^{へそ お} 臍の緒

Hesonoへッソ

歴史ある奈良の木に、
熟練の職人が新しい命を吹き込みました。

Sasuru ～さする～

Osu ～おす～

Nagasu ～ながす～

自分のからだとは、
自分自身でコントロールする。
木とガラスの調和が魅せる新しいかたちの
セルフメンテナンスグッズです。



博愛と活力の赤

神聖と純潔の白

Hesonoヘッソ

奈良県吉野の桧。

その丸太から削り出し、丁寧に磨き上げ、
最後に一つ一つ丁寧にガラス玉を彫り込み
ました。

「博愛と活力の赤」と「神聖と純潔の白」

毎日使うものこそ上質で、
貴方の人生観にフィットする1本を。



人生をより高いパフォーマンスで過ごす

坦々と通り過ぎていく毎日を「ごきげん」で過ごすのか、

「ふきげん」で過ごすのか、年数を積み重ねていけば人生そのものの「価値」は大きく変わるはず。

何をするにしても、ふきげんな時よりも、ごきげんな心の状態にいる方がパフォーマンスは高くなります。

誰かや、何かによって自分の

「心の状態」を左右されるのではなく、
いつでも、どこでも、毎日自ら「ごきげん」を作り出せたなら、
未来の自分は変わる、そう確信してヘソノをお届けしています。

五感アプローチで脳をご機嫌に

あなたが「ごきげん」になるのは、どんなときですか？

美しいもの、素敵何かをみたとき。

好きな音楽、良い言葉をきいたとき。

心に染み渡るような香りをかいだとき。

大好きなものを食べたとき。

「気持ちいい～」と感じたとき。

どれも心が躍りますね。

でも、ごきげんをキープするために大切なのは、

いつでも、どこでも、毎日自分自身で、

ごきげんを作り出せること。

触覚について

触覚は触れたり、触れられたり、何かと接することで感じる感覚です。

ただ、触れ方によっては
心地良く感じたり、不快に感じたりします。

そればかりか、同じ状況で触れたとしても、
心の状態によって感じ方が変わるなど、科学的にもまだまだ説明されていない
不思議な未知の感覚でもあるのです。

「ひのうどうこん皮脳同根」 「皮膚は第三の脳」という言葉があるように、
肌と脳には密接な関係があります。

どうやら他の感覚とは違い「感じる」だけでなく、
脳と同様に「考える」ことができる感覚のようです。

「脳」と「心」そして「肌」が密接につながっているならば、
肌からの「気持ちいい～」を習慣化できた時、
心の状態を示す針はいつも「ごきげん」に傾くに違いありません。

Sasuru さする

自立神経の「アクセル」と「ブレーキ」を
自らコントロールする

◎交感神経優位（アクセル）

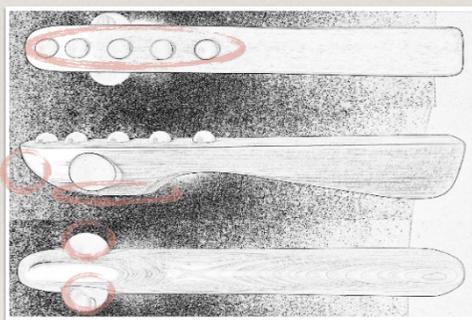
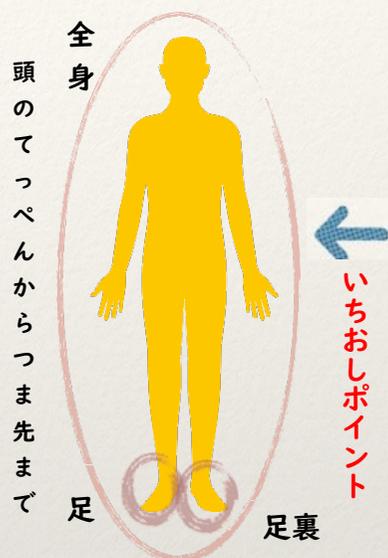
寝起きや朝一番の活動開始前に、
素早く、ほんの少しだけ強めに
さすります。

◎副交感神経優位（ブレーキ）

就寝前や緊張を和らげたい時など、
やさしく触れる程度の力加減で
ゆっくりと**さすります。**

どちらも大切なことは

「気持ちいい～」と感ずること。



Osu おす

コリや痛みがあるときは、ついついその部位を押したくありませんか。

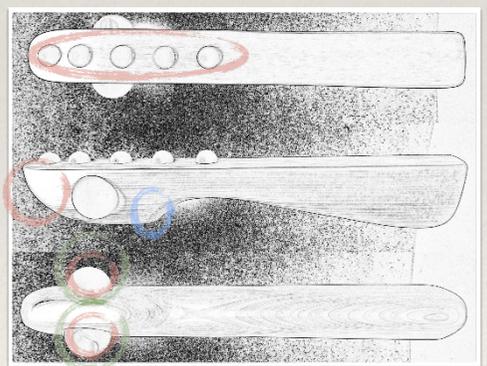
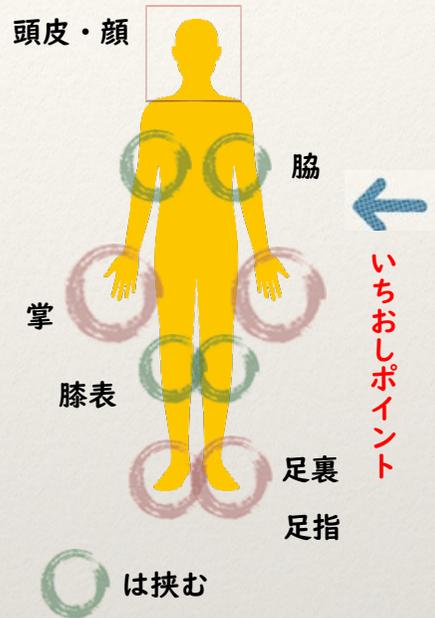
場所によっては、ガラス玉（大）とガラス玉（小）を使い分けることができます。

例えば足裏はガラス玉（大）、足指はガラス玉（小）で。

足や手の裏側は  の部分で引っ掛けるように押したり、さすったりします。

ツボ押しの要領で、ご自分のポイントを探してみてください。

なんといっても大切なことは「気持ちいい～」と感ずること。



Nagasu ながす

血液やリンパの流れる方向を意識して
さすります。

血液を意識するときは、心臓より遠いところ
から、心臓へ向かうように。

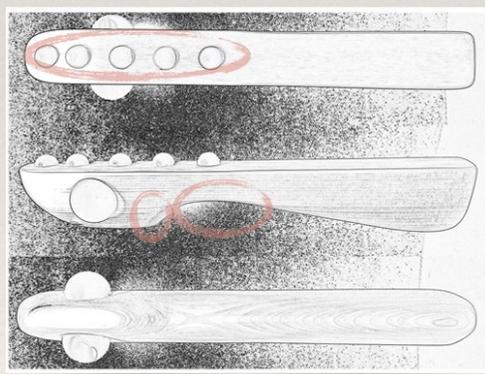
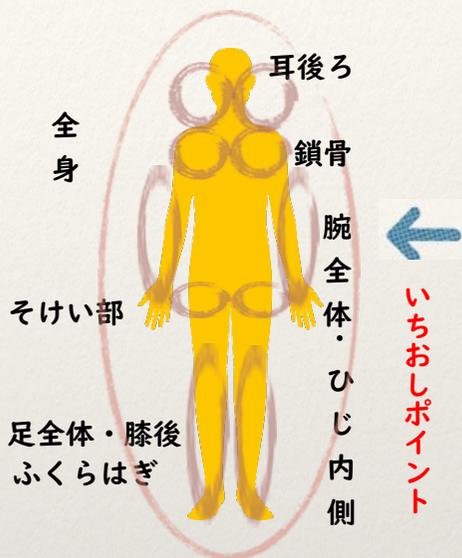
リンパ液の流れを意識するときは、
リンパ節からはじめることを意識すると
より効果的です。

常に基本は撫でるように「やさしく」です
が、冬の寒さや夏のエアコン対策には、少し
強めにさすると、血流が良くなりポカポカし
てきます。

立ち仕事や座りっぱなしの「むくみ」にも効
果的です。

やっぱり大切なことは

「気持ちいい～」と感ずること。



「ホント」の自分と繋がる^{つな}へそ^おの緒

ご存知の通り「^{へそ}へそ^おの緒」は母体と胎児を^{つな}繋ぐ「絆」です。

胎児にとっては人生で初めて、
自分以外の存在と繋がる絆といえます。

そして、胎内で最初に発動する感覚が触覚。
繋がること、触れることで始まった生命。
歳を重ねるにつれ、その大切さを忘れているのかもしれませんが。

「母なる宇宙と繋がる自分」「ホントの自分と繋がる自分」
「気持ちいい～」を習慣にする。

外的な要因にとらわれている自分を、自分自身でリセットする。ホントの自分と
へそノで繋がり、上質な毎日を過ごしませんか。

Woodcise® ウッドサイズ

Hesonoへッソ

へそ お
ホントの自分と繋がる 臍の緒

Hesono～へッソノ～

奈良県吉野産桧丸太使用

桧特有のよい香りと耐久性の高さが特徴的です。

埋め込みのガラス玉は赤色と白色からご選択いただけます。



博愛と活力の赤

17,800円 (税込19,580円)



神聖と純潔の白

17,800円 (税込19,580円)

使い方の詳細については下記のブログにアップして参ります。

「大人の金沢粹屋」

<https://ameblo.jp/otona-ikiya>





金沢粋屋

〒633-0047 奈良県桜井市橋本92-1

TEL 0744-47-4318

<https://www.kanazawa-ikiya.jp/>

 <https://www.facebook.com/kanazawa.ikiya/>

 <https://instagram.com/kanaikisada/>



LINE@
はじめました
友だち募集中

