

本当にいいセックスのための健康と幸せを手に入れるための
「田淵正浩の性力と幸力をあげる性幸哲学塾」 第二回レポート

開催日：2018年5月19日（土）18:00-20:00

【始まり！】

1回目につき、2回目の開催です。田淵先生の挨拶と、前回のおさらい、そして先月に続いて体操を教えていただきました。今回は肩甲骨周りをほぐすための体操です。これはこの性幸哲学塾の良い点で、毎月開催されているので、復習をしながら、連続的にしっかりと学ぶことができます。

【今月の課題】

それから今月のテーマ「〇〇感、まずは最初が大事」が発表されました。クイズ形式になっていて、〇〇に当てはまる言葉を考えます。最初に誰かに出会った時、ひとが気にしていることは何でしょうか。答えは「清潔感」。配布された可愛らしいハンドブックに、清潔感についての日頃の疑問や悩みを各自記入してみます。さっと書き終えるひとや、時間をかけて書き込むひと... 自分の欠点を書き出すことは、恥ずかしくてやりにくいですが、田淵先生が「書いたことは見せなくてもいいし、相談したかったら田淵に相談してください。恥ずかしくなければ発表していただいてもいいし、<友達が悩んでるんですけど〜>と前置きしてもいいですよ」と、優しく指導してくださったので書きやすかったです。ただ講義があるだけでなく、言葉に書き起こすことによって、自分自身のことを自分で考え見つめ直す、良い契機になりました。

続いて今回のテーマ「清潔感」についてのお話です。プロが見ている点として「目、爪、歯」が挙げられました。清潔感があれば、どこに行っても、好印象を与えることができるそうです。これはプロではない私でも、異性を見たときに気になる点で、気をつけたり努力すれば誰でも簡単に改善できるポイントだと強く共感しました。講義は情報量が多く、田淵先生の豊富な知識に驚かされ、参加者たちが何度も「へえ〜」と声を漏らしていました。アダルトビデオ業界での話を織り交ぜながら、面白く分かりやすく説明してくださいました。

【目について】

まずは、目についてのお話です。目は、顔の中でもよく目立つ部分なので、印象に残りやすいですね。目は肝臓と直結していて、その状態が反映されやすいそうです。子供の目がはっきりしていて綺麗なものは、肝臓が綺麗だから。と言われ、ナルホド、です。透明感のある綺麗な目にしたかったら、飲酒の習慣のある人は、たまにはアルコールを抜くと良いそうです。また目を綺麗にする簡単にできエクササイズを教わりました。

【爪について】

続いて、爪についてのお話です。確かに爪の汚い相手とベッドに入ろう、とは思えません！

お医者さんが推奨する爪ぎりの仕方は、菌の入りにくいスクエアカットですが、男優さんは相手が痛くないようラウンド（丸く）にカットするそうです。オススメの爪切りや、ヤスリ

の仕方を教えていただきました。面白かったのは、「女性器を愛撫しても大丈夫な爪ケアの確認方法」です。これがバッチリであれば、「こうなるともう完璧にAV男優になれます。しかも、トップのAV男優になれます！...爪だけは。」という田淵先生のお話には笑いが起きていました。

とにかく「触っていて気持ちいい」というのが大事で、自分の身体で触って試してみて、痛くない、気持ち良いよ、にすることが大切だと言われ、これは自分でも簡単にできそうなので、早速やってみることにしました。

【口臭とデンタルケアについて】

「口が臭いと、どんなにカッコよくても、お金があっても、相手は逃げます。」と仰る田淵先生。私も口臭のきつい方はとは話を、言葉が少なくなってしまう経験があります。口腔内が空いていると乾いてしまい、殺菌作用のある唾液がない状態になり嫌な臭いの原因に。前回は教えていただいた鼻呼吸でも、口臭を防ぐことができるそうです。田淵先生がお使いの歯ブラシ、歯磨き粉、フロスなどの商品、正しい歯磨きと綺麗な歯ぐきにするための手入れの仕方を、とても詳しく教えていただきました。欧米人は日本人に比べて、歯並びや歯の白さに気を使っているという情報は聞いたことがありましたが、日本人は世界一口が臭いと言われていると聞き、驚きました。

ここで休憩を挟み、何故かガムが配布されます。ひとり3つつつです。

【ガムのワーク】

休憩が終わるり、顔の調整の実験が始まりました。右ききの方は、基本的に右で噛む癖があるので、右の顔が小さくなり、締まっている。お互いの顔をみてください。と言われ、皆で顔を見合いました。

【左右の差をガムを噛んで治す方法の実践】

右ききの方は、右で1枚、左で2枚のガムを、10分くらい噛みます。ただし、ガムを15分以上噛んでいると、歯が歯茎に沈み込みを起こして歪んでしまうので、注意が必要とのこと。これを1日に2,3回続けていると顔が整ってくるそうです。

【アソコの洗い方】

男性の場合は、ちゃんと剥いて洗えていますか？と直球な質問に、男性陣からは笑いが。オリーブオイル、馬油、ワセリンなどの油で陰部やアナルを洗うと、臭いが取れるそうです。

「さらに、男性の場合、前立腺、指の第2、3関節で届くところまで、直腸を洗いましょう、指を入れて洗うと感じて、前立腺マッサージで勃起が良くなるので自分でやってみてください。男は勃起が良いと変に自信がつかます。」と、男性には一石二鳥なお話まで....

ここで残り10分ほどになり、参加者からの質問タイムになりました。

アダルトな話や経験を織り交ぜながら、楽しくいろいろな知識を教えてください、今月もあっという間の2時間でした。最後に「運動は、溜めが効かない。昔運動していたとしても毎日しないと落ちる。一生、食べて、うんちして、運動していないと病気になる。"動物"だから動かないとダメ。動き続けることで安定を生むんです。」と田淵先生。今日の講座を通して「モテる、気持ちい、は日々の小さな微差がつくりだす」と、何度か仰っていたのが印象に残りました。本当に日々の暮らしのちょっとしたことが健康や幸せ、そして良い夜の性生活に繋がるんですね。早速、今夜からしっかり歯磨きを試みようかと心に決めました。来月までに変化が起こりますように。

講座の終了後は、近くの居酒屋で飲みながら、田淵先生、参加者の皆さんと楽しい時間を過ごしました。普段あまり性の話をする事はないので、とても充実した夜になりました。