

中川接骨院だより

平成 18 年 7 月 1 日発行 第 17 号

骨盤をキュッと締めればヤセられる!

骨盤を締めるだけで、ほんとうにダイエットできるの?疑問を持つ人もいることでしょう。では、どうして体重が増えるか考えてみてください。簡単に言ってしまえば、体内に取り入れたものと体内から排出したもののバランスが悪いから。要するに、食べたものがすべてエネルギーとして消費されずに、カラダに少しずつたまっていってしまうのが、肥満の原因なのです。

では骨盤と、食事や栄養とはどう関係しているのでしょうか。

骨盤が広がると内臓が下へ落ち、そのために内臓の神経も圧迫され、神経伝達のスピードが鈍くなります。だから”満腹”のサインが食欲中枢に伝わるのに必要以上に時間がかかり、つい食べ過ぎてしまうのです。

ですから骨盤を締め、内臓を正しい位置へ戻していけば、神経伝達がスムーズになるため、適量の食事でお腹がいっぱいになります。さらに、神経の働きが良くなれば新陳代謝(基礎代謝)機能もアップ。

そうなれば当然体重は落ちていきます。

無理な食事制限や激しい運動をしなくても、骨盤を締めることによって体重を落とすことができるのです。

「骨盤を締めたいけど、どこで、どーするの?」と、疑問をお持ちの方、当院で『骨盤矯正倶楽部』に入会(入会金無料)していただきますと、骨盤矯正いたします。ただし、施術料有料です。

骨盤矯正倶楽部では、骨盤の矯正はもちろん、全身運動マシン(次頁をお読みください)を使い、歪みを直し、日常生活における姿勢、運動を指導します。

施術の流れは、次のとおりです。

来院⇒問診⇒筋肉テスト⇒矯正⇒評価⇒トレーニングマシン⇒指導
詳しくは当院にお尋ねください。



第 3 回全国小学生学年別柔道大会県予選に出場



8 月 20 日に小杉総合体育センターで開催される全国大会の県予選が 6 月 18 日に県立富山武道館ありました。上位二人までが全国大会に出場できます。

櫻心柔道塾からは、5.6 年生男女あわせて 6 人が参加しました。結果は六年女子 45kg 超級と五年女子 40kg 超級の二人が出場決定しました。

我が家の次男貫志は、一回戦敗退と情けない結果となりました。次回は、気合の入った内容のある試合を期待します。

当院での症例その5



95歳女性 右肩関節脱臼
自宅前で車椅子を押していて、後方へ手を回した際
負傷し、疼痛著明、腫脹、運動制限を訴え往診。
脱臼整復と手技療法により治癒

接骨院での治療の利点として

- ☆ 入院しなくても良い
- ☆ 毎日、経過の観察が出来る(インフォームドコンセント)
- ☆ 親切、丁寧
- ☆ 治療費が病院に比べ格段に安い。

全身運動マシン(サuntime)導入

10分乗るだけで12,000歩 1時間30分歩く運動量があります。

効果は、筋力増強、血流の活性化、柔軟性の向上、代謝の増強、疲労回復……です。

つまり、足腰強化を手助けし、若返り、ダイエット、便秘解消、ヒップアップ、バストアップ、下半身の脂肪を取り除き、引き締めてくれます。

年配の人は転倒予防に効果抜群

振動のスピード調整で、若い人から、年配の人まで筋力強化とリラックス効果を使い分けることができます。

利用料一回300円 10回券2,000円

お試しは一回無料です



原因(外傷ケガ)のない、疲労等による腰痛、肩こり、O脚、骨盤矯正はカイロ治療が効果があります。

治療費	初診料(検査)	2,100円
	治療料	4,200円
	回数券 [5回券]	18,900円
	回数券 [10回券]	33,600円

家族の方もご使用できます。 但し初診料(検査) 2,100円は別途必要です

☆編集後記☆

6月24.25日、金沢で勉強会に出席しました。身体エネルギーを知覚する能力は特別な人だけでなく、誰にでも備わっているもので、その感覚を養う勉強会でした。今後の治療に取り入れ、生かしたいと思います。

サuntimeをお試した方ほとんどが、「これはいいね!」と◎の感想をいただきました。

診療時間の案内

平日 午前8時30分～午後12時30分 午後4時頃～午後8時

土・祝日 午前8時30分～午後12時30分

自由診療 随時受付

雨の日や足腰の都合の悪い方、送迎もいたしております。TEL26-5755にご連絡ください。