

中川接骨院だより

平成19年 1月1日発行 第23号



あけましておめでとうございます

昨年は、当院をご利用いただきまして誠にありがとうございました。

昨夏より導入しましたサンタイム振動プレートは、テレビ雑誌等で紹介され利用者の方からは、『足が軽くなった、おなかの調子が良くなった、むくみが取れた』等、大変好評を得ました。今後は、介護予防の筋力トレーニングや、ストレスによる身体の不調等にも取り組んでいく考えです。また、全身根本療法の考えの下に局所の症状にとらわれるのではなく、全身的な治療を施すつもりです。

本年も、より一層の技術の向上に心がけてまいります。どうぞよろしくお願い申し上げます。

体に障害を引き起こす、悪い姿勢やクセ

◆ 腰をねじって背骨を鳴らす・・・腰痛がさらに悪化します。



体育や運動部の部活の前後などに、ストレッチをしますが、腰をおさえたまま上半身をねじって、腰の関節を鳴らし、腰を悪くした生徒がいます。関節を鳴らすことは、一瞬良くなったと感じますが、ズレている腰が元の位置におさまって、治った感じがするだけで、実は、関節や靭帯・筋肉を壊しているのです。

ストレッチ体操は、けがをしないために、あるいは筋肉の疲労を残さないために、スポーツの前後に行うものです。

正しいやり方は、ゆっくりと筋肉を、引き伸ばして、ゆっくりと戻していくことで効果が期待できます。背中に付いている脊柱起立筋のストレッチは、本来は床に座り右片膝を立てて、左足の膝の外側にクロスします。左手を右膝の外側に置き、背中を伸ばしたまま身体をねじるように筋肉をゆっくりとストレッチするのが正しい方法です。背中を丸めた状態で腰を急激にひねるようにすると、背骨の関節がボキボキとなります。

カイロプラクティックによる腰仙部の炎症へのアプローチと、腰を鳴らさない努力とで、この生徒の腰の痛みはなくなりました。腰の状態が良くなれば、筋肉が鍛えられ強靱な身体になることでしょう。

第18回若獅子青少年柔道大会に出場

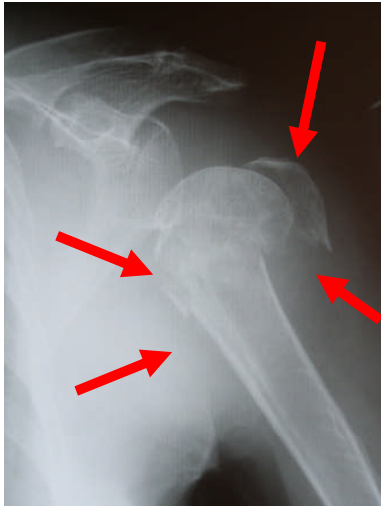


12月10日(日)、高岡中央ライオンズクラブ主催の若獅子青少年柔道大会が高岡武道館で開催されました。高岡市内の小、中学生と招待チーム合わせて、約50チームが参加しました。

櫻心柔道塾は、二回戦敗退と散々な結果に終わりました。力の差は無いはずであるのに、“絶対に勝つ”という心が足りないこと分かってほしいものです。

父談

当院での症例



92歳 女性 左肩関節脱臼と上腕骨骨折の合併

玄関で、段差につまづき転倒した手を着き負傷
家族は入院を希望していたが、本人の意思により往診しながら
治療を施す。

疼痛著明、腫脹、変形、運動制限を訴える
整復とアルミ副子固定と手技療法により治癒

接骨院での治療の利点として

- ☆ 入院しなくても治療可能
- ☆ 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。



年賀はがきパズルの答え

正解は、五つでした。

- 1、 獅子頭の汗
- 2、 子供の涙
- 3、 唐獅子模様の形
- 4、 こまの紐
- 5、 子供のシャツのボタン



急性の外傷、疲労等による腰痛、肩こり、〇脚、骨盤矯正はカイロ治療が効果があります。
真の原因をさぐり全身的な、治療を施します。

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 ☆

毎年、この時期になると今年の自分はどれだけ成長したのだろうと考えます。子供の場合は、心身ともに成長が確認することができますが、自分の年齢ではぼやけてきます。成長は、どのようなことだろうと自問自答し反省の一年でした。

平成19年“こそ”はもっと成長できる年であるように！

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。