

# 中川接骨院だより

平成 20 年 1 月 1 日発行 第 35 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。

二年前より導入しましたサuntime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、『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、大変好評を得ております。また今後は、当院のホームページでも新しい情報を患者さんに提供しますので、こちらに(<http://judo.but.jp/>または <http://www2.tenet.ne.jp/nkgw-y/>)アクセスしてください。ご意見・感想を書き込みください。親しみのある接骨院になれるよう努力したいと思います。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。

## 健康な体とは何か



健康な体とは、「自然治癒力が旺盛な体」です。

自然治癒力とは、傷を負ったときに出血を止め、かさぶたを作り、自然に治っていくとする力です。さらに、風邪を引いたときの熱やせき、下痢などの症状も自然治癒力の働きの一つです。熱には体内の悪い部分を破壊し排泄して、良い部分をリフレッシュさせる効果があります。また、下痢には体内に滞っている悪いものを体外に排出させる効果があります。これは、体が自らの力で治ろうとして出している症状に他なりません。こういった様々な症状を出して、自ら改善を図っていく力、体自ら治ろうとしていくこの力こそ、自然治癒力なのです。そして、その自然治癒力が旺盛な状態であるほど、様々な病気に対して抵抗力が強いのです。

### 自然治癒力を高める四つの源

- ① おいしく食べる……幅広く多品目をバランスよく摂る(1日30食品)。三食きちんと摂り、腹八分、塩分少なめ、緑黄色野菜を多めに、食物繊維も忘れずに。よくかんで食べましょう。
- ② 適度な運動……自分の体調に合った運動を続けましょう。(ウォーキング、水中歩行など)
- ③ ゆっくり休息と睡眠……睡眠は疲労回復の決め手です。快眠の条件は頭寒足熱、心身の適度な活動による、程よい緊張と疲れです。
- ④ ゆったり気分で好奇心旺盛に……好奇心は脳を刺激し、意欲を引き出します。いつも心にゆとりを持って、刺激のある生活を心がけましょう。

## 第18回若獅子青少年柔道大会に出場

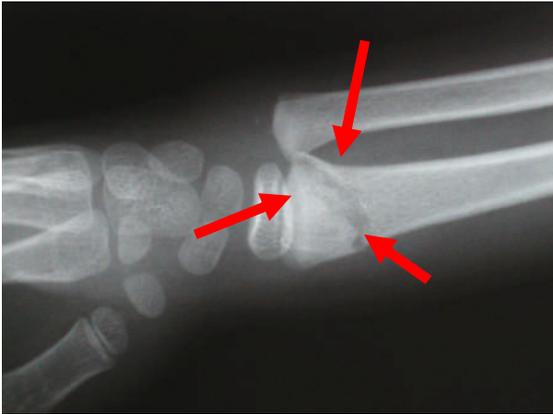


12月9日(日)、高岡中央ライオンズクラブ主催の若獅子青少年柔道大会が高岡武道館で開催されました。高岡市内の小、中学生と招待チーム合わせて、約50チームが参加しました。

櫻心柔道塾は、一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



### 8歳 男性 右前腕骨骨折

遊んでいて、木から落ち負傷  
レントゲン検査で骨折を確認する。  
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、六つでした。

- 1、 葉っぱ
- 2、 子供の影
- 3、 大人のズボンの色
- 4、 凧揚げの足
- 5、 水草の大きさ
- 6、 枯れ木

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 ☆

昨年末に開業以来はじめて、カゼにより臨時休診をしてしまいました。普段から手洗いと、うがいは厳重に行っていたのですが、患者さんにはご迷惑をおかけしました。幸いなことに、家族には感染せずすみましたが、一週間ほど子供たちから煙たがられ寂しい思いで過ごしました。平成20年は、子供たちがそれぞれ節目の年でもあります。長男は受験生に、次男・三男は中学・小学生に進学し、長女は最高学年の6年生に…個々の力を発揮して成長してほしいです。今年、年男の私も、患者の皆様にも助けをもらいながら更なる飛躍をしたいと思います。

### 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。