

中川接骨院だより

平成 21 年 2 月 1 日発行 第 48 号

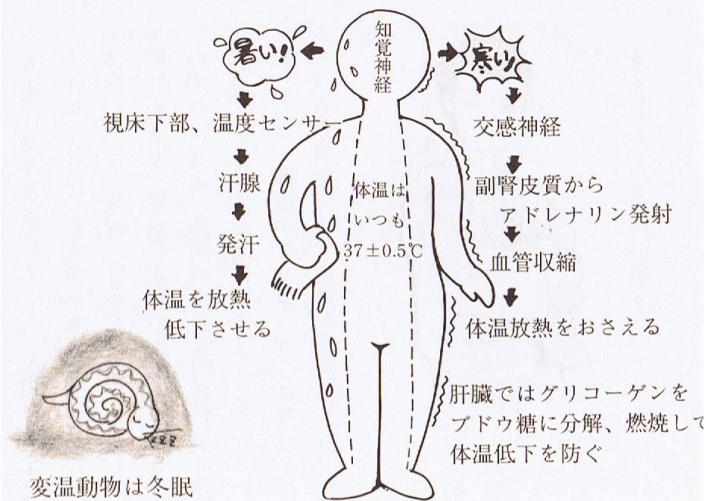
意外と知らない体のヒミツ

* 自然治癒力の源 ”ホメオスターシス” *

私たちを取り巻く外界の環境や条件(気温・湿度・姿勢や運動など本人の動き)は絶えず変化しています。こうした内外の変動に左右されることなく、体内環境(体温・血液成分・血流量など)を「常に一定に保とうとする機能」をホメオスターシス(生体恒常性)といいます。



ホメオスターシスのメカニズムの一例 (体温調節)



人間の体温は、どんな外気温の変化にもかかわらず、四季を通じ一定の三十七度前後を保っています。平熱は高め低めの個人差もあり、一日に一度程度の上下があるのも普通です。一般に体温は明け方は低く、夕方は高くなります。

体温と同じように、呼吸や脈拍、血圧なども小さな変動の範囲に抑え、常に一定の標準値内に保たれています。これらはすべて、ホメオスターシス(恒常性)の維持によるものです。

恒常性の維持は、主に脳(神経系)と、ホルモン(内分泌系)の働きにより、呼吸、循環(血液めぐり)、消化、排泄などの機能を全体的に調節し、無意識のうちに一定に保たせています。

こうした状態は、体中の六十兆個に及ぶ細胞がそろって生きていくために最も都合がよく、最大の効率を上げることができるからです。

第40回正気館柔道大会が開催



1月12日に塩谷建設正気館道場で、行われ市内の小中学生約150人が日ごろの成果を競いあいました。

中学生男子団体芳野中Aチーム、小学生団体あわらスポーツ少年団がそれぞれ優勝しました。

大会は塩谷建設が昭和45年から市内の選手のレベルアップをめざし毎年実施されており、今回で40回目を迎えています。選手たちは勝利を目指し、保護者らの声援を受けてこん身の力で技を掛けあっていました。

1月13日北日本新聞朝刊掲載

アルファニーサポート

軽度～中度の膝関節の症状に！



膝裏部分はメッシュ素材を使用しており夏場でも快適に装着できますサポーターの両サイドにはコイルバネを内蔵しており、膝関節に安定感を与えることができます。変形性の膝関節症の初期～中期の方にもおすすめです。

サイズ	適用周囲	金額
LL	膝上周囲 42.0～60.0 cm	3,150 円 (税込)
フリー	膝上周囲 35.0～45.0 cm	

急性の外傷、疲労等による腰痛、肩こり、O脚、骨盤矯正には
カイロ治療が効果的です。

カイロ治療は、真の原因をさぐり全身的な治療を施します。

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

回数券は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☆

先日、中学校の寒稽古がありました。この時期になると恒例の行事です。当日朝は、マイナス4℃、朝六時三十分からという練習は厳しいものです。

生徒たちは、在学中の3回我慢すればよいのですが、私は毎年のことで、年々つらくなってきます。やはり歳には勝てません。

生徒たちの手前、辛い顔を見せらず、いつもながら、忍耐の一日でした。



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。

ホームページが新しくなりました。[高岡市柔道]検索クリック

<http://judo.but.jp/>

<http://takaokajudo.web.fc2.com/>

