

中川接骨院だより

平成 28 年 6 月 1 日発行 第 136 号

年をとると、なぜ眠りが浅くなるの？



「人体の不思議」博学こだわり倶楽部から引用

第 11 回高岡市民体育大会に出場



5月28日、「第11回高岡市民体育大会柔道競技(中学校の部)」が県営高岡武道館で開催されました。

我が家の三男(中3)は団体戦と60kg級の個人戦に出場しました。そこでなんと!!!結果どちらも3位。クジ運も味方し入賞することができました。次回の地区大会でも入賞できるように応援したいと思います。”^_^”

もう一つ 三男のご報告を。

翌29日には「そろばんグランプリ富山県大会」があり、この大会にも出場し、全国大会への切符を手に入れました。7月に兵庫県である本大会に向けて、そろばんもがんばってほしいです。

骨盤のゆがみを「キュッ」と元に戻します

CHECK! いちばん多くチェックがついたのが、あなたのタイプです。

骨盤ひらきタイプ

- 食後、下腹がポッコリ出てしまう
- 靴底の外側の減りが早い
- 腰骨から太もものラインが「ハの字」になっている
- 足先を外側に向けてペタンと座る「アヒル座り」がラク
- イスに座って、気がつくと左右の膝が開いている。



骨盤ねじれタイプ

- 歩いているうちにスカートがぐるりと回ってしまう。
- 床に座って両足を伸ばすと、左右で長さが違う。
- 靴底の減り方が左右で違う。
- 気がつくと、片脚重心でたっていることが多い。
- イスに座るとき足を組むクセがある。



骨盤反りタイプ

- 寝るときはいつもうつぶせか横向き
- 靴底のかかと部分が減りやすい
- あおむけに寝ると腰と床の間に隙間ができ手のひらが入る。
- 背骨の両脇の筋がこりやすい。
- かたいイスに深く腰掛けるとお知りの骨が当たって痛い。

ソフトで痛くない手法です。

骨盤の歪みは腰痛や肩こりの原因の一つです。
あてはまるタイプの人是一度ご相談ください。

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)	2,160円
治療料	4,320円
回数券 [5回券]	20,000円
回数券 [10回券]	35,000円

回数券は家族の方もご使用できます。 但し初診料(検査)2,160円は別途必要です

編集後記

先日、中学校主催のPTA、部活動講師と教職員の懇親会に出席しました。当日開催された学校運動会の慰労も兼ねており、約70名の参加者でした。にぎやかに行われたその席上で私に、「これからの柔道部の活躍と期待について挨拶をしてください」と、急にお願いされました。お酒もかなり飲んでいたこともあり、「柔道は教育です」と、質問の答えになっていないような少々長い話をしてしまいました。回りを見渡せば、神妙な顔の40歳前後の保護者の方と中学校の先生方。そのときは、酔いもあり、やっちゃった感はなかったのですが、翌日の朝目覚めともに、昨夜のことが思い出され、歳いった方が余計な話で長くなり、嫌われるってこの事だと自己嫌悪に陥りました。出席した人が、忘れていたことを願いました。

しかしながら、参加者の中で校長先生しか年上がいないことに少し寂しく、時代の流れを感じました。

診療時間の案内

平日 午前8時30分～午後12時30分 午後3時30分頃～午後8時

土曜日 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。

ホームページは[高岡市中川接骨院]で検索クリック

