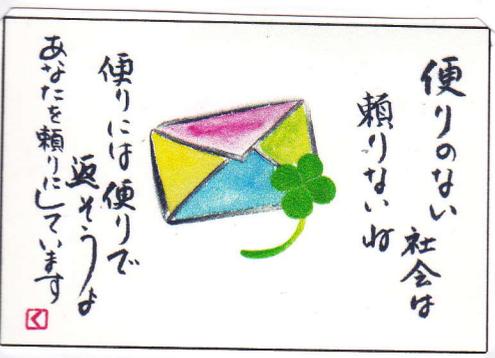
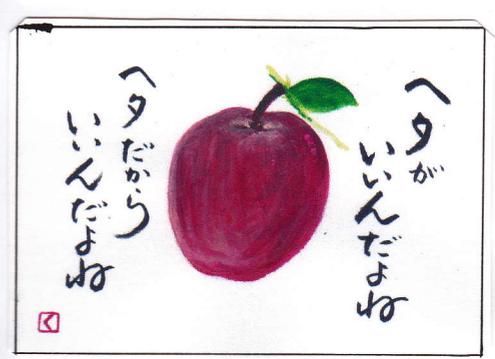


健康だべした 108号
月刊ワクワニュース
平成24年12月号
みはさまに支えられて今までも
そしてこれからも
目指します生涯500号 応援お願いします



みなさん こんにちは。師走年の瀬を迎えいかがお過ごしでしょうか？
この一年の皆様のご愛顧に心から感謝申し上げます。本当にありがとう
ございます。赤や黄色、緑や白と鮮やかに色どられていた吾妻山も、12月に入り、あつ
という間に雪景色になりました。その吾妻山の峠越えに今年は夫婦で挑戦して
ゆきますが、先日、崩落したトンネルと同じ形が峠の栗子トンネルだと聞いて、最近、天井
ばかり気にしてから走っています。トンネルを抜けると凍結注意。ゆっくりゆっくりのんびり
行かないとです。みなさまも、どうかご無事でお元気で年の瀬をお迎え下さいませ。
地震や津波など、人の力ではどうすることもできない天災と、原発事故やトンネル事故などの
人災があります。天災に対しては、救済を国が丁寧にやっていってほしいと思う一方、事故は
人災なので原因を追究する必要があります。原発事故に関しては、東電も国も「想定外」
と言って来たのが、そうでない(想定内)だった事が判って来ました。国と企業の責任は重大です。

よく宗教的に「怒り」の感情は、煩惱の一つでよくない事とされていますが、「ふくしま」では地域の子供たちのこと、将来の事、愛する家族の事を考えると、怒りは湧いて来てしまいます。大切なのは、その怒りを社会がより良い方向に変えてゆく為の力として使ってゆくべきだと思います。みんなが良くなってゆくための「憤り」は大切です。「ふくしま」が失った時間を取り戻す事は出来なければ、みんな「思い」を大切にしていけば、時代をよりよい方向に変えてゆく事が出来ると思います。みなさん「ショック・ドクトリン」という言葉をご存知ですか。9.11米国テロの後、人々の混乱に乗じて、経済界と政治の癒着が加速し、市場開放、規制緩和を行った結果、貧富の差が広がってしまった現象の事です。大震災後の日本でも同じ現象が起こりつつあります。経済発展(物とお金)にこだわる一部の権力の都合で、貧富の差が広がった(戦争が起きた)、原発を維持したいには困ったものです。今回の総選挙、消費税、TPP、原発問題、社会的弱者の味方になる政治家を選びたいと思う師走です。



お引越しされる「りょうご」さんへ



ご結婚の「まさや」「みよこ」さんへ



定年退職された「たかし」さまへ

ネームインポエム (その方の名前を詩にして、絵を添えたものです) 描いています。
 人生の記念日の印としていかがですか。ご希望の方は、お気軽にご依頼下さいませ。



福島犬募金箱からの
 御礼とご報告。
 (福島犬とは、大震災からの
 福島復興の願いで作ら
 れた募金箱の名前です)
 いつもあなたのご支援と
 ご協力ありがとうございます。
 今月は14,986円を東日本
 大震災ふくしまこども寄附金
 として福島県に寄附せて
 いただきました。

寄附金の内
 5,167円は
 福島市の
 高橋敏子様
 ご自宅の福島犬
 からおあすかり
 いたしました。



**2013 えてがみ
 カレンダー**

残り少なくなりましたが、ご来院
 の方に、プレゼント中です。
 1冊500円で販売もしています。
 収益金はすべて、福島犬募金と
 いっしょに寄附させていただきます。
 米沢市学童クラブの先生方から16冊
 福島市 小林きのえ様から10冊など
 ご購入いただき、19,000円を寄附
 させていただくことができました。感謝です。

(まっしと一息!) シルバー川柳コーナーです。
 お元気な、ご年配の方々か、ユーモアたっぷり
 の川柳を作られ、いくつかご紹介します。
 ・恋が甘く思っていたら不整脈
 ・中身が字の大き目で選ぶ本
 ・おい! お前はいるパンツ俺のたぐ
 ・たん生日、ローソク吹いて立ちくらみ
 ・我が家にも政権交代 夢にみる
 ・転んでは泣いてた子が言う「転ぶなよ」
 ・まっすぐに生きて来たのに腰まがる
 ・日帰りで 行ってみたい天国へ
 ・年重はくしゃみするの命がけ
 ・留守電にゆっくりしゃべれと
 なる父
 ・まだ生きるつもりで並ぶ宝くじ

年末からだのおそうじ スペシャル **腸トックスリンパマッサージ**

今までの健康法は体によいものをとり入れる「**たし算の健康法**」しかし、栄養素は体内に溜まっている毒素が栄養の吸収を阻害し、きちんと細胞まで届いてないことが分かってきました。
 効率よく栄養を吸収させるためには、まず体内にたまっている老廃物(毒素)を出すこと。**デトックス**が決め手、おなかマッサージで体内に溜まった毒素を排出させて、**新陳代謝**をたかめて、「**ひき算の健康法**」で、**ダイエット、美肌効果、腰痛便秘、疲労回復**をお約束します。



- 腸** おなかを中心にマッサージしていきます。
- おなか冷え** は腸の動きを悪くし、便秘を悪くします。
 と つまったリンパが流れこくと腸が動き出し、おなかがなまります。
- 骨盤** 体の土台になる大事な部分だから、骨盤関連筋までしっかりケアします。
 と 土台のゆがみがなくなると、体全体がすっきり整います。
- リンパ** それい部(下半身のリンパ節)の流れがよくなります。

腸トックスリンパマッサージ → 1回 2000円 **整体、リンパマッサージとセットで 6000円 → 5000円**

次ページで**体験談**も書いていただいたTさん。事故の後遺症で右背筋側がガチガチになり、肩関節にねじれがあり、指先まで血液がめぐらないうでした。本人も「右側では、そうきんとしぼうれいのような痛み」と表現されるほどでした。うでや背筋、胸筋を中心にマッサージして、ある程度効果はみられましたか。根本的決め手には、いたしませんでした。もしかしたら?と思い、お腹と骨盤周囲の筋肉をゆるめるようにマッサージすると、お腹が「ぐるぐる」と大きくなり出し、全身のリンパの流れが改善されたようでした。
 はかなかほぐれなかった、上半身もやわらかくスムーズに流れるようになりました。
 その翌日から、びっくりする程の便を何回もされたそうです。
 やはり**骨盤**は土台なので、あらためて全体の血液とリンパの流れを整えることの大切さを実感しました。

冬の乾燥対策に!!



MIREY ミレイエッセンスローション 新登場!!

冬でももちり美肌

美容液のようなエッセンスローションが新保湿成分(NMF成分、ハイドロバシ、ドリエリン)を新配合しました。今まで以上に保水力がアップに発売されました。冬の乾燥からお肌を守ります。

- NMF成分** - 水を吸収し保持する物質(天然保湿因子)を10種類プラス
- ハイドロバシ** - 角質内の尿素量を増やす、新型尿素
- ドリエリン** - 外界から皮膚を守り修復するパン酵母、肌の免疫機能を高める効果

90ml 5200円 **うれしいお値段から!**

愛用者の声 ・親子で愛用のNさん。〜ありがとうございます〜
 乾燥肌の私達にとってはとにかく肌への侵透が素晴らしいので、肌にあう〜としみこみで馴染むことが親子で気に入って手放せないものになっています。春に肌荒れをおこし悩んでいたが冬もしっかり保湿したことで、今年の春はきれいな肌を保つことができました。

<私の体験談> 交通事故後の手の震え 不自由な動きが楽になりました。

丁さん 女性 41才

交通事故から半年後に右手が震えはじめ、2年後には力が入らなく不自由になっていました。整形外科、脳神経外科、接骨院、MRIの検査など、いろいろ受診しても原因も治療法も分からず、パーキンソン症候群と診断されたりもしました。将来が不安で眠れない日々を過ごしている時、「整体院 縁」さんと出逢いました。1回目の整体治療ですぐと苦しめられていた肩の痛みが楽になり、2か月ほどリンパマッサージの治療を受けた今は右手で出来ることがいろいろ増えて来ています。吸い玉治療で背中全体につく直径7センチほどの丸い跡を見て、子供達は「ママがテントウ虫になった」と大喜び……そんな無邪気な子供達の歯磨きやおむつ替えを右手で出来るまで良くなり、明るい気持ちで子供達とクリスマスを迎えられるのは、松井ご夫妻のおかげと感謝の気持ちでいっぱいです。いつも、痛みを耳を傾け丁寧にマッサージしていただきありがとうございます。

年末年始の営業日のお知らせ **12月30日から1月3日まで**お休みさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

ようこそ～整体院 縁～

超ソフトな整体治療 オステオパシー整体

～腰痛 肩こり 膝痛 頭痛 など～

人の身体は、自分自身の薬を全て体内に備えています。本来の自然治療がどういふものか熟知し、その治療力を発揮できるように最大限の努力をすることがオステオパシーの仕事です。良く整体では歪みが焦点になりますが、むしろなぜ歪んでいるかを考えます。

整体院 縁では、全身の筋肉やツボに適度な圧を加え、姿勢の歪みやバランスの乱れ等、不調の原因を取り除くお手伝いをいたします。

“オステオパシー整体”は、からだ本来の自然治療力を引き出し、全身疲労やストレスの緩和に効果を発揮します。



オステオパシー整体 60分 4,000円

高校生以下 → 3,000円

お得なセット割引

オステオパシー整体+リンパマッサージ20分
4000円 + 2000円 = 6000円を **5000円**

オステオパシー整体+全身リンパ+美顔マッサージ
4000円 + 4000円 = 8000円を **7000円**

いずれもセットで1000円割引です。



[院長] 松井 国彦

[管理栄養士] 松井 知美

リンパマッサージ

～冷え むくみ 美容 筋肉疲労 に～

リンパは全身に流れて老廃物を排泄する役割があります。コリなどにより、リンパ液の流れが悪くなると、この浄化システムがうまく働かなくなり、様々な不調の原因になってしまいます。

リンパの流れに沿って酸素オイルでマッサージすることで、全身ホカホカと温かくなって、コリをとり、体が軽くなっていきます。

コリ・痛み・むくみ・疲れに～

集中部分リンパマッサージ

腰・肩・背中・手・足 など 20分 2,000円～

全身リンパマッサージ

全身リンパマッサージ 45分 4,000円

肌の乾燥・むくみをとって小顔に

整美顔マッサージ

酸素オイルで顔の筋肉・ツボをイタ気持ちいい刺激でマッサージしリンパの流れを良くしていきます。肌のくすみ・むくみをとって小顔に。目・鼻がくっきりし、あごがシャープになります。



整美顔マッサージ 45分 4,000円

クレンジング～洗顔～整美顔マッサージ～デコルテ(肩から首)～仕上げ



福島院 予約制

福島市野田町1-7-28

TEL 024-534-0635

営業日 火・水・木・土



米沢院 予約制

米沢市御廟2-3-38-2

TEL 0238-21-7430

日・月・金 8時から20時

