

新年巳年明けましておめでとうございます。今年もどうぞ、
 よろしくお祈りいたします。巳年に生まれた人は、蛇のように
 知恵深く、粘り強い性格を持つと言われています。蛇は
 古来から再生や永遠の象徴とされ、皮を脱ぎ捨て新たな
 姿に生まれ変わる姿がその象徴となっています。こうした意味から
 巳年は新しい挑戦や変化に対して前向きな姿勢を示す年とも
 解釈されています。さらに蛇は金運の象徴としても知られており「豊かさ」や「繁栄」がも
 たらされると言われています。



蛇といえば「時(とくろ)を巻く」。つじが長い体を渦巻きのように巻いて落ちつく様を言います。
 人間界でも「とくろをまく」という行為は、ある場所にコシを据えて動かず、落ちつか
 さまを言います。また「時(とくろ)をまいて360°注意を払う」といふことが出来るので、天敵のワシや
 力から身を守りやすいからとも言われています。キン干の蚊取り線香は、蛇のとくろ
 からあの形を思いついたそうです。100年前の話だそうです。そう思うと蚊取り線香が蛇
 に見えてきませんか？ ちなみに、蚊取り線香は左巻きだそうです。蛇は個体差が
 あり左巻きも右巻きもいるそうです。そして蛇は冬眠をします。リスやクマなど哺乳類
 やカエルなど両生類、カエルなど両生類と同様に、冬眠といわずと寝ておすしている
 ように思いますが、実際生き物の多くは冬眠途中で起きていたりするので、しかし
 起きていてもエサを食べる事もなく、排泄もしません。主に土の中等に潜ってその中
 で越冬します。また石の下や木の幹など、様々まじり込んで寒さから身を
 守りじっと眠っています。例年であれば9月までは出てこないそうです。蛇の活動期間は
 意外と少ないんですね。もっぱら嫌われ者の蛇ですが、その生まれ変わる脱皮の生き
 ざまや金運などのおかげを感じながら、巳年をどうぞ健やかにお暮らし下さい。

<お正月プレゼント>健康は足元から！その秘訣は足首の上を冷やさないことです。昔から、頭寒
 足熱と言われ、元気な時も、調子の悪い時も頭は氷枕で冷やし、常に腰から下は温めておくことが
 大切と伝えられてきました。4首(首、手首、くびれ、足首)を温めることは重要です！！
 そこを、常に冷やさないでと冬に健康が維持されやすくなります。今年も、足首の冷えに着目して
 足首ウォーマーを先着 200 名様にプレゼント!内側が絹・外側が毛混の2重構造でとってもあたたかい
 冬の必需品です。



クリームシャンプーリニューアルしました・・使いやすい商品パッケージ (380mlパウチタイプ) に
 なり、持ち運びに便利な 200ml チューブタイプもできました。

この1本で健康的な髪と頭皮環境を作りだす・・大人のためのクリームシャンプー。酸素オイルと
 カレンデュラを配合し、健康的な髪と頭皮をサポート。

1. 洗うだけで頭皮ケア 2. 美容成分で汚れを落とす 3. 10種類ハーブと3種美髪成分配合
 期待される効果・・頭皮の血行が促進され、健康な状態が保たれる。

- ・髪がしっとり艶やかになり、強度と弾力性が向上する。
- ・頭皮の健康が促進され、フケやかゆみが軽減される。

泡立たないシャンプー、初めて使いましたが、まず、香りがよくて癒されました。

洗い流すと頭皮のスッキリ感あり、髪も翌日にはサラサラになり病みつきです。



1/31 まで

新発売記念 380ml 定価 12,650 円を 10,000 円 200ml 定価 8,250 円を 6,600 円 20%引きです

足と尾骨のシビレで歩く事に支障があったのがよくなりました！ Sさん 女性 58才

今年7月中旬頃から足が痺れ始め、家事をしている間は常にどちらかの足を上に上げる…という動作をしていました。



暫くすると転んでぶつけた訳でもないのに、尾骨が痛くなり足を引きずって歩くようになり、酷い時は競馬の騎手のように時々お尻を上げて運転。しかし、その後あまりの痛さに自分

では運転できなくなってしまいました。私が足を引きずって歩く姿を見た友人が涙するくらい。整形外科を受診しましたが、レントゲン撮り「治らなかつたらまた来てください」と、お薬を処方された

だけ。2週間分のお薬を処方されたので、一応飲んでいましたが一切良くなりませんでした。何か手立てはないかしら…と考えていた所、何年も前に通っていた「縁」を思い出しました。すぐに電話で

予約を取り、翌日には施術して頂くことになりました。8月末でした。「6月くらいから右側のこめかみから滝のような汗が流れます」とお伝えしました所、先生は施術しながら「頭蓋骨の矯正もさせて頂いた方がいいかもしれませんね」「身体が疲れ切ってしまったのでしょうか」と優しく

思いやりあるお言葉にほっと安堵したことを思い出します。

施術して頂いた後は身体がとても軽くなり思わず「はあ〜」「ふう〜」と心の底から息をつけた気がしました。1回…2回…3回…と施術を受けていると、毎日あれほど流れていた右側のこめかみから汗が少なくなり、少

しずつ尾骨の痛みが薄れ、5分くらい運転出来るようになり、10分運転出来るようになってきました。それまで「縁」には、尾骨が痛く運転できない私の身体を心配していた友人が送迎してくれていたのですが、

4回目（9月中旬）に施術を受ける日には、なんと自分で運転して「縁」に行けるようになったのです!!

（我家から「縁」までは15分〜20分くらい）

私は毎日色々と車で動いていたので、車を運転できない事はとても困りましたが、施術を受けるようになり「5分くらい運転出来るようになりました」「10分くらい運転出来るようになりました」と伝えるたびに、

先生方が一緒になって喜んで頂けたことはとても心強かったです。今では以前同様、車を運転してどこにでも出かけられるようになった事、先生方には感謝しかありません。心から感謝しています。ありがとうございました!!

12月4日郡町労働組合の職員の方に健康講座を開催させていただきました。

歩く持つ呼吸など何気なく当たり前に行っていることを意識して行うことで、呼吸や姿勢が変わり楽に動けると実感していただきました!



講座の内容で一番反響があったのが足指ストレッチです。

健康の土台は足指から。足指の握る力は足場を安定させ、脳への良い刺激になります。一緒に実践したところ、からだがかかかして、手足があつたかくなりました!と喜びの笑顔をいただきました。



そこで、足指ストレッチをご紹介します!

【やり方】①足の親指と人差し指を持ち、前後左右に指を割くように大きく動かします。前後左右5回ずつやります。



②人差し指と中指を持ち①の動作を行います。中指と薬指→薬指と小指まで順に行う。

③足の裏から、足指の間へ手の指を入れて一本一本を組みます。(右足なら左手を)可能な範囲で



手の指は奥までいれます。

④足の指と手の指を、組んだ状態で、足の指でギュ〜と力を入れます。痛い!

⑤今度は足の表から、足指の間に手の指を入れていきます。(右足なら右手を)可能な範囲で手の指は奥までいれます。



⑥手足の指を組んだまま、指を下へ倒します。痛い!

ここまでやると、じわ〜と温まるのがわかります☆

ぜひやってみてください😊



12月度の年末絵手紙カレンダー募金のご報告とお礼
 絵手紙カレンダー募金にたくさんのご協力をありがとうございます。
 能登災害への募金のきずなコーヒー募金に **9,600 円**。



生活が困窮されているが、人目を気にせず、提供される食料品・日用品
 を取りに行ける支援活動をされている NPO 法人チームふくしまさんに **44,032 円**を。

アフリカのルワンダの教育を考えるさんに **44,000 円**、合計 **97,632 円**を募金させていただきました。

LINE から、整体院 縁のご予約（前日まで）ができます。お友だち申請お願いいたします。
 楽しい絵手紙・月刊ニュースなどもお届けします。 QR コードを読み込んでください。



- ・ Facebook（松井国彦で検索） LINE の QR コード→
- ・ インスタグラム（ETEGAMI.ENN で検索）で毎日絵手紙や毎月の新聞を発信しています。
- ・ YouTube（国彦&えりで検索）でビデオメッセージ（ダジャレ付き）も配信してます。

<おもしろ小噺> 巳年の川柳 ・ 年ごとに私の頭皮脱皮する ・ 脱落と脱皮の差があるクラス会
 ・ 蛇口から出る水飲める稀な国 ・ 飲み過ぎた千鳥足より蛇行足
 ・ 焼酎に 浸かる友見て ハブ逃避 ・ 初夢は 巳年の今年 脱皮する
 巳年クイズ ① 「上巳じょうしの節句」はある行事のことです。何でしょう。 答えは巻末に
 イ) 節分 ロ) 桃の節句 ハ) 端午の節句

② 次のうち、実際にいる鳥の種類は？
 ニ) ヘビクイトビ ホ) ヘビクイワシ ハ) ヘビクイフクロウ

③ 次のうち、「腹の足しにならない」という意味の慣用句「蛇が——を呑のんだよう」の——に当てはまるのは
 どれ？ ト) 蚊 チ) 貝 リ) 蟹

整体院 縁のご案内

住所 福島市野田町 1-7-28 電話番号 024-534-0635 定休日 日曜日・祝日

営業時間 AM9:00~12:00 14:00~19:00(最終受付 18:00)

<院長 松井国彦… 明治大学工学部卒。絵手紙作家。2020 年 NHK おはようニッポン出演

<副院長 松井知美…管理栄養士 背骨コンディショニングインストラクター



酸素オイル

- ① **整体**… ソフトな刺激で、心と体のバランスを整えます。
- ② **リンパマッサージ**…老廃物・免疫物質を運ぶリンパ液の流れを良くします。
 酸素が高濃度に含まれた酸素オイルを使用します。(右画像参照)
- ③ **氣導術**… 全身の氣の流れを整え、自然治癒力を高めます。
- ④ **カップング(吸い玉)ツボ療法**。ツボにカップを当て真空にし、血行を改善します。 ➔



料金 初診料 1,000 円（前回より 1 年以上経過しますと再度必要になります）

- | | |
|--|------------------------|
| ① 整体 | 5,000 円（高校生以下 4,000 円） |
| ② 整体+リンパマッサージ(10 分) | 6,000 円 |
| ③ 整体+ 頭蓋調整(脳スッキリ症状改善)または
足部調整(ラベンダージェルを用いた膝下調整) | 6,000 円 |
| ④ 整体+ 頭蓋調整と足部調整 | 7,000 円 |
| ⑤ 整体+全身リンパマッサージ+頭蓋調整 | 10,000 円 |
| ⑥ 妊婦整体(妊娠 4 か月以降臨月まで) | 6,000 円 |



<女性による女性専用コース>

- ⑦ 副院長によるリンパ整体 5,000 円
- ⑧ 整美顔マッサージ 5,000 円

巳年クイズ答え

特別コース からだの内側から美しくなる!...経絡(ツボの道)をケアして、気・血・水の
 乱れを整え、内臓を活性化する。からだの治癒力を取り戻す。 **お顔ケアとセットで 8,800 円**

- ① □
- ② ホ
- ③ ト