

てんびんカイロニュースレター

2015年7月号



梅雨が明ければ、夏の季節です。カエルや蝉の鳴き声が、だんだん大きくなりますね。今年の夏は、どんな予定がありますか？



てんびんカイロプラクティックでは、腰痛や肩こりなど各種症状に影響しているメンタル面を調整することがあります。

整形外科医のためのガイドライン（右図）にも「腰痛にはメンタル面が影響している」と書かれています。

そのため「腰痛の原因には、ストレスが影響していることが多いです」と説明させて頂くことがあります。すると「私には、ストレスはありません！」とはっきりと答えられる方がいらっしゃいます。

…すみません。私の説明が言葉足らずでした。

ストレスは、人間関係や仕事関係などのネガティブなものだけではありません。ストレスとは、心と体に対する「刺激」なのです。

つまりストレスとは、環境からの刺激によって生じた生体の歪みで、その刺激をストレッサー（ストレス源）と呼びます。一般的に、ストレッサーをストレスと呼ぶことが多いです。

ストレッサーにはいくつか種類があります。

1. 物理的ストレッサー（寒冷、騒音、放射線など）
2. 科学的ストレッサー（酸素、薬物など）
3. 生物的ストレッサー（炎症、感染、生理的欲求（空腹）など）
4. 心理的ストレッサー（怒り、不安など）

ストレスというと4.の心理的ストレッサーを連想されることが多いと思います。先ほどの例がそうですね。

しかし、「寒い」「湿度」「工事などの騒音」「不安」といったものだけでなく、一般的にストレスとは思われにくい「喜び」「意欲」なども刺激（ストレス）となり、腰痛や肩こりなどの症状の引き金になるのです。

自分ではネガティブなストレス（人間関係での悩みや仕事関係の不満など）がないと感じられる方でも、意外と「暑い」「むしむしする」「楽しい」などいろいろなストレスを受けながら生きているのです。

腰痛や肩こり、膝痛、アレルギーなどでお悩みの方で、「私には、ストレスはない」と思われている方も、一度、てんびんカイロプラクティックで、ストレスチェックをされてみませんか？



施術を受けてのご感想です。Sさんありがとうございます。

【女性 40代 顎関節症など】

施術を受けてのご感想をご自由にお書き下さい。

あごの痛みがひどく、口腔外科に行く一方で、痛みを和らげたいと思い、施術を受けました。昔々あごの痛みに対するマッサージなどはあまりないが、こちらのアクティベータは細かい部分まで丁寧に診てくれた。施術を受けた後はとても楽になっています。かみしめやクセなどが有り完治とはいきませんが、以前と比べればとても過ごし易くなりました。定期的な通院は欠かせません。穏やかに親身な先生のホム柄にも癒されています。心身条件反射療法はなかなかスゴイです！

お書き頂いたご感想はHPやチラシ・ニュースター等に使用させて頂く場合があります。ご了承下さい。

Sさんは顎関節症にお困りで、てんびんカイロに通われるようになりました。

以前はとても辛い時期があり、今も症状はありますが、だいぶ落ち着いてきたようです。今は月に1度のペースで通って頂いています。これからも誠心誠意しっかり施術させていただきます。



7月と8月の予定

7月 3日(金) … 彦根に出張施術します。

7月13日(月) … 東京に心身条件反射療法研究会参加のため、臨時休業です。

7月24日(金) ~ 27(月) … 夏季休業です。

8月 3日(月) … インストラクターセミナーのため、臨時休業です。

8月1日(月), 6日(木), 7日(金), 18日(火), 21日(金) … 教員免許更新講習のため臨時休業です。

☆8月は、教員免許更新講習(合計5日間)のため、彦根への出張施術をお休みさせていただきます。

次回の彦根出張は9月4日(金)です。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願い致します。

お知らせ

施術の他に、ライフコーチングもやっております。詳しくは、お気軽にお問い合わせください。

体の不調でお困りの方はいませんか？

あなたの周りにお困りの方がいらっしゃいましたら、てんびんカイロをご紹介ください。

紹介して頂いた方も、あなたと同じように誠心誠意施術させていただきます。

施 術 理 念

心身のバランスを整えることにより、

多くの方に健康な生き方を再発見して頂き、「喜びと安心の笑顔」を広げます

ご予約優先とさせていただきます

月と金 9:00~20:00 (最終受付 19:00)

火水木 13:30~20:00 (最終受付 19:00)

土 9:00~17:00 (最終受付 16:00)

日・祝 休

てんびんカイロ

福岡市博多区博多駅前2-19-17

トーカン博多第5ビル308

☎ 092-292-5525