

爽快通信

〒324-0057

快整体院

大田原市住吉町 2-11-6

TEL 0287(23)1203

ホームページ

<http://kaiseitaiin.com>



ごあいさつ

こんにちは。快整体院の秋山弘明です。当院には健康管理の為に定期的に整体を受けに来院される方が数多くいらっしゃいます。今回は当院の健康管理(メンテナンス)整体の重要性について説明させていただきたいと思います。

健康管理(予防)の為の整体

整体には三つの目的があります。

- ① 現在ある痛みや不快な症状を取り除く。
- ② 骨格と筋肉の状態を正常にして、自然治癒力が100%発揮されるようにする。
- ③ 健康な体質を維持し、病気を予防する。

ほとんどの人は、初めて整体を受ける時は、痛みや不快な症状に悩まされ、それを取り除くことを目的として来院されます。

しかし、整体の最も素晴らしい目的は③の「予防」です。この予防にこそ、整体の真価が発揮されると云っても過言ではありません。

今現在、痛みやつらい症状が無くても、気づかないうちに、疲れや良くない生活習慣等で、筋肉が硬縮していたり、骨格や関節にズレや痛みが生じている場合があります。それが放置され悪化することによって、腰痛などの自覚できる痛みなどが現れてきます。

それを事前に防ぎ、予防するためには、定期的に整体を受診することが大変重要となります。

月に一度は骨格検診を！

当院で施術する健康管理の為の整体は、特別な主訴が無い限り、基本的には全身の筋肉、骨格、関節の状態を細かく診ていきます。その中でもとくに重要な6つのチェック部位を以下にご紹介します。

※このメソッドは、他の施術院には無い為、当院でしか受けることができません。

① 後頭骨、頸椎1番、頸椎2番(上部頸椎)の歪みチェック

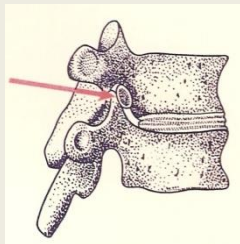


ここはほかの背骨と違って、顔や頭を大きく動かす為に椎間板がありません。そのため、首や肩の筋肉が凝っていると歪みが生じやすい所です。

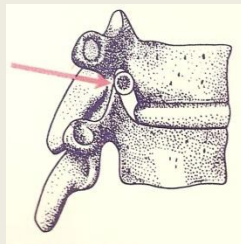
初診の方は70%~80%位の方が歪んでいます。そして脳に最も近く、両サイドには椎骨動脈もある大変重要な部分です。

頭痛やめまいなど、様々な症状の原因にもなり、背骨全体の歪みの原因にもなります。

② 脊椎（背骨）の歪みチェック



施術前



施術後

脊椎のズレや歪み、または詰まりによって、神経圧迫が起こり、内臓や血管の働きをコントロールしている自律神経に異常が生じる原因になります。

③ 骨盤の歪みチェック



骨盤の特に仙腸関節の歪みは、腰痛、ギックリ腰、内臓下垂、不妊、痩せにくい、婦人科系疾患等々、いろいろな症状の原因にもなります。

④ 肩関節の可動チェック



慢性的な肩こりなどで、肩関節の動きが悪い状態が続くと、四、五十肩の原因になります。

⑤ 股関節の可動チェック



股関節の筋肉（大・中・小臀筋、梨状筋、大腿方形筋、腸骨筋 etc …）の硬縮により、股関節痛や腰痛の原因になります。

⑥ 膝関節の歪みチェック



激しい運動やスポーツ、そして良くない日常の生活習慣によって、膝関節にズレや歪みがあると、膝痛の原因になります。

以上の重要部位をチェックし、正していくことにより、つらい症状を事前に予防することが出来、快適な生活を送る事が出来ます。

混み合っご迷惑をおかけする事がありますので、早めのご予約をお勧めします。