



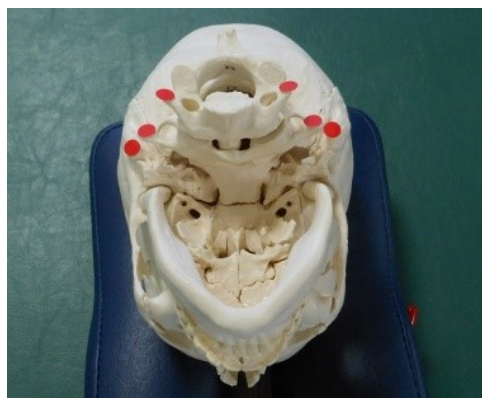
## ごあいさつ

こんにちは。快整体院の秋山弘明です。先日、「杉原千畝」という映画を観てきました。第二次世界大戦下に外交官として赴任していたリトアニアで、杉原さんはナチス・ドイツの迫害から逃れてきたユダヤ難民に、日本政府の許可が出ない中、自らの危険を顧みず、独断で日本通過ビザを発給することによって、6,000 人もの命を救いました。

当時、ドイツと同盟を結ぼうとしている緊迫した日本の状況下でこのような行動をとるということは、かなりのリスクを伴うことが容易に想定され、相当の葛藤があったと思われます。しかし私心を捨て、良心と道義心にのっとり行動されたことは、真に勇気ある行いで、これが本当の意味での「勇者」なのだろうと思い、大変感動しました。

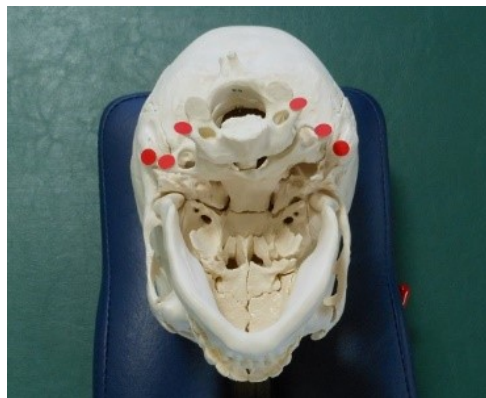
## 頸椎の歪みについて

頸椎は、他の背骨と違って歪みやすい傾向にあります。特に頸椎 1 番と 2 番は頭部を大きく動かす為に椎間板が無いので、首・肩の筋肉の凝りなどで歪みが生じやすく、初診の方は 70%~80%位の割合で歪みが見受けられます。(写真参照)



※頭蓋底から見た状態

正常



歪みあり

この歪みによって生じる症状は様々で、頭痛、肩こり、腰痛、手足のシビレや痛み、身体のだるさ、背骨の歪みなど、挙げれば切りがない位です。身体に不調のある方は、だいたい歪んでいます。

自力での矯正法、予防法としては、

1. 壁を背に、背中と後頭部が壁に接触した状態の姿勢で、顎を引き、左右限界までゆっくり振り向く。
2. 左右限界まで倒す。(頸椎の側屈)

これを何度か繰り返します。これだけで多少の歪みであれば、矯正され、かつ予防にもなります。

しかし、自力で正常な位置に戻らない場合には、施術によって矯正する必要がありますが、歪みがクセになっていると歪みが戻りやすいので、複数回矯正しなければなりません。