

# 湯宿温泉接骨院だより

第23号

Tel 0278-50-9022  
Fax 0278-64-2266

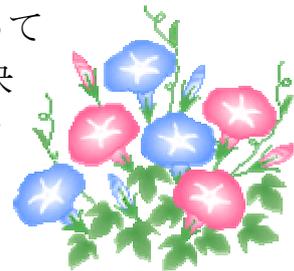
HPアドレス <http://www.yujuku-onsen.com>  
Eメールアドレス [webmaster@yujuku-onsen.com](mailto:webmaster@yujuku-onsen.com)

## 【近況報告】



6月に入り、山々の緑が日増しに濃くなってきているように思えます。今年はなかなか冬物がしまえず、恥ずかしながら未だにタンスの整理を怠っています。

さて、いよいよ梅雨入りも間近となって来ましたが、この時期はジメジメと不快な日も多いと思います。今年は「あさがお」の種を蒔いてみたのですが、芽が出るのをためていたかのように、ナメクジのお目見えです。ナメクジに限らず、害虫には気をつけなくてははいけませんが、美しい花が咲く日を楽しみにしている毎日です。二酸化炭素排出削減が先日のサミットで大きな議題になりましたが、あさがおなどのつる性植物をグリーンカーテンとして日よけに利用することは家庭で出来るエコロジーですよ。



話は変わりますが、先週、先生が胃カメラ検査を受けました。町のバリウム検査でひっかかり、再検査となったわけですが、検査当日、検査が終わったら連絡を入れることになっていたのに、なかなか連絡がきません。そして鳴った電話は「群馬県健康づくり財団」と表示があり、ドキッとしました。携帯電話の充電が終わってしまったため財団の電話を借りて本人からの電話でした。結果は「異常なし」で家族全員ホッとしています。

## 【お知らせ】

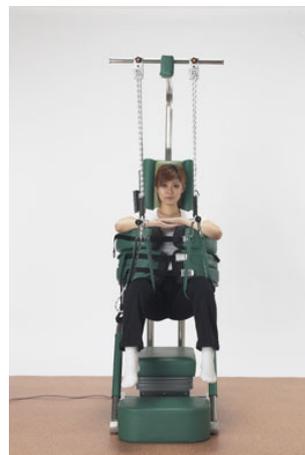
- ◇最新の腰痛治療器「プロテック」を導入しました！！  
詳しくは今月の商品紹介をご覧ください。
- ◇治療室内での携帯電話のご使用は機械に支障を与えるほか、他の患者様の迷惑となりますのでお控え下さい。



### 【今月の商品紹介】

今月は、最新の腰痛治療器「プロテック」を紹介します。

プロテックは世界初の今までになかった浮腰式腰痛治療器です。浮腰式とは腰をブラブラさせる方法です。上半身を固定し、自分の下半身の重さで関節内圧を整えます。従来のけん引器のように無理に引っ張っているのではなく、自然の力で治療を行います。実は当院にも従来型のけん引器が設置してありますが、最近の研究ではあまり効果が望めないため、世界的にみると未だに従来型のけん引器を使用しているのは日本ぐらいだそうです。



プロテックは、急性腰痛症・変形性腰痛症・椎間板ヘルニア・脊柱管狭窄症・すべり症・分離症・坐骨神経痛・膝関節症等々、様々な症状に使用できる画期的な器械です。患者さんの症状によって治療時間は変わりますが、終わったあとは、体の軽さにビックリする方もいらっしゃいます。

導入したばかりなので、まだほんの一部の患者さんにしかご紹介できていません。この紙面を見て興味をお持ちの患者さんは、是非受付で声をおかけください。

### 【健康お役立ち】

ざる蕎麦に海苔を添えて、磯の香りを楽しみながら頂くというのは、夏に向けて食欲がそそる気がしませんか？実は、海藻を食べる習慣のない外国では、このような食べ物はほとんどなく、海苔を食べているのは、日本や韓国などの一部の国だそうです。海苔を初めて見た外国人は海苔のことを紙だと思い、食べ物だとは思わないことが多いのだとか。最近では、日本食がブームになってきて寿司の認知度が上がっているせいか、「食べ物」としての認知度も上がっては来ているようです。海苔は、海藻を原料としているので、食物繊維やカルシウムやミネラルが豊富です。それ以外にも、ビタミンC、ビタミンA、ビタミンB、タンパク質などが多く含まれていて、栄養成分が非常にバランスよく含まれているのです。海苔の食物繊維には、整腸作用があり、糖尿病や大腸がんの予防にも効果的です。その他に含まれている成分には、疲労回復や貧血予防、骨の機能強化、中性脂肪の減少などの生活習慣病の予防などの効果もあり、海苔は優れた健康食品なのです。健康維持のため1日に2枚食べるとよいらしいですよ。メタリック症候群予防のためにも伝統食品をどんどん食べたいものです。