

湯宿温泉接骨院だより

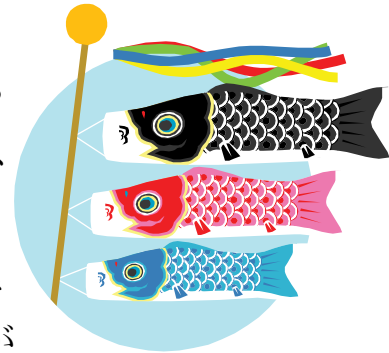
第34号

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

【近況報告】

ゴールデンウィークはいかがでしたか？
私たちは娘の愛梨が暦通りの休みのために、一日中家にいましたので普段に無い濃厚な時間を過ごせました。私の方も休日の午後を休ませていただきましたので、普段遊んであげられない分を含め沢山のスキンシップができたと思います。



そろそろ、出産予定日が近くなりましたので、今月15日から、早苗と愛梨は堤の実家にお世話になりに行きます。当分の間は寂しくなりますが、次回の接骨院だよりをお配りする頃には家族が増えているわけで、その頃には逆に忙しくて大変な日々が待っていると思います。そうすると、寂しく思っていた日々が、静かで良かったなんて思うようになるのかもしれませんが。その場その場で勝手なものです。

ご心配を頂いております父の状態は、最初の出血の範囲が脳室（脳脊髄液の流れる脳の中心部）までに達していた為に、まだかなり不自由ですが、本人は前向きに努力しています。5月4日に、早苗・愛梨と3人で面会に出かけたら、休日でもリハビリが無い時間でしたがリハビリ室で手の作業訓練を自主的にやっていました。父の目標は車を運転することだそうです。

今年も、夏場の暑さ対策にグリーンカーテンとしてゴーヤを植えました。去年は3本のゴーヤを植えて何本かのゴーヤを収穫でき、暑さもそれなりに減らすことが出来たように思います。今回は苗・



プランターとも昨年より多くの準備をしました。これで少しでもクーラーや扇風機で使用する電気を減らせれば上出来です。もっと大きな規模では地球上の各地で砂漠化といわれていますが、唯一EU（欧州連合）だけは約1300万ヘクタール森林が拡大しているそうです。200年以上も先進国をしている国が加盟しているだけに環境問題に対する意識が高いのでしょうか？

【お知らせ】

前記いたしました但し15日より早苗が帰省しますので待ち時間が長くなると思いますがご理解下さい。

5月31日（土）午後5：30で終了させていただきます。

【健康お役立ち】

チタンテープ&チタンバンの貼り方についてお話します。

ファイテンでは商品を作るだけでなく有効な使用方法の研究もしてきて東洋医学の学会で発表されたチタンテープとツボの摂り方を紹介します。全身の調整をする四総穴という場所で「合谷」「列欠」「委中」「足三里」の片側4穴、左右で8ヶ所になります。全身365穴のうち4穴で機能を整えるなんて不思議ですよ。東洋医学の場合、ツボも漢方薬も1+1=2でなく、相乗効果が強く作用します。

（ツボの目安）

《合谷》親指と人差指の水かきの根元で骨がぶつかるころの人差し指側



《列欠》両手の親指の水かきを交互に合わせたときに人差指の先端が触れるあたり



《足三里》親指と他の4指を90度にして膝を曲げ、皿の上縁に親指を当てたときに中指の先端が触れるあたり少し凹んでいる。



《委中》膝の裏の真ん中



ツボは点ではなくある程度の面がある事、とテープも広さがありますので、大体の場所があっれば効果は出ます。神経質にならず気軽に試してください。