

湯宿温泉接骨院だより

第18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】

今年もいよいよ残すところあとわずかになりました。みなさんは、どのような一年でしたか？

あっという間の一年で、もうまたお正月がやって来るのか・・・と
思っているのは私だけでしょうか。

昨年11月に娘を出産し、今年1月に娘の手術、2月から晴れて一
緒の生活。色々ありましたが、新しい家族が増
え、とても幸せな一年でした。愛梨は、もう一
度越えなければいけない壁が控えています。

しかし、皆さんに支えられ、スクスクと成長し
ています。絶対に越えてくれると確信していま
す。

先月、愛梨の誕生日を家族で祝いました。
お洒落をして誕生餅を背負った可愛らしい姿に
家族全員がメロメロでした。

愛梨！お誕生日おめでとう＼(^0^)/



【お知らせ】

◇みなかみ町商品券が使えるようになりました。

保険を使つての施術費以外（自由施術・物品等）で「みなかみ
町商品券」が使えるようになりましたので、お持ちの方は是非
ご利用下さい。

◇12月14日（木）・23日（土）は午後休術

1月1日（月）～1月3日（水）は休術

1月8日（月）は午後休術 とさせていただきます。

【健康お役立ち】



もうじき冬至です。冬至はご存知のとおり、一年中で昼が一番短く、夜が一番長い日です。昔は冬至の日は「死が一番近い日」と言われており、その厄を払うために「ゆず湯」に入り体を温め、無病息災を祈って「冬至かぼちゃ」を食べることが風習となっていました。今でもその風習は続いています。

「ゆず湯」は、厳しい寒さの中でも健康に暮らせるようにと浴槽に柚子を浮かべて入るお風呂のことです。風邪を防ぎ、皮膚を強くするという効果があります。冬至は湯に浸かって病を治す湯治にかけています。柚子は融通が利くようにと願いが込められています。

「かぼちゃ」は、厄除けになる、病気にならない、金運を祈願すると言われていています。かぼちゃにはカロチンやビタミンが多く含まれています。また、今の時代は健康志向とあって、緑黄色野菜の「かぼちゃ」は人気を集めているのだそうです。地域によっては、冬至に「こんにゃく」「豆腐」「赤飯」「うどん」などを食べるころもあるそうです。みなさんのお宅では、冬至の日にどのような食材が食卓に上りますか？



【今月の商品紹介】

最近治療室で、あお向けで治療をされている患者さんの目の上に、リラックスを目的とした「アイピロー」をのせています。すでに何度か体験された患者さんもいらっしゃると思います。このアイピロー、その名も「おやすみアイピロー」は、ほど良い重みと優しい香りが目の疲れを癒し、気持ちを落ち着かせてくれます。可愛らしい羊の形をしています。私は、今までアイピローを使ったことが一度もありませんでした。「おやすみアイピロー」をのせて横になると、ほど良い重みが本当に心地よく、うっとりとしてしまいます。みなさんも是非お試し下さい。

《おやすみアイピロー 1個 950円》