

いわない健康だより

平成 26 年 6 月 15 日(日)

発行 枝元鍼灸療治院

No.28

2014
7
月

今年の夏は、昨年に比べて涼しくなるようですが、火田のたりものなど大きな影響がなければ良いですね。空のご機嫌に右、左... なかなか思うようには晴れませんが、お祭りも夏休みもスグそこ！短い夏を笑顔で楽しめましょう！

「まっぐ座る」

子供が「ごはん中に正座できず」、何度か「ちゃんと座りなさいっ」をくり返してあげながら、みながえって自分はまっぐ正面向いて食事をしているかという... たまーに新聞や雑誌を見て見入っていたりする... 反省。

我が家には、昭和仕立ての丸ちゃぶ台に、正座スタイルの食卓なんですけど、皆さんのお家ではどうですか？かえってイス・テーブルの洋風の方が、正面向けるのかなあ...？

足をくわしたおネエ座り(ウチではこう呼ぶ)で食事をすると、アゴの噛み合わせ、背骨、胃腸の消化力等々... すべてに影響があるそう。体をヒネってTV向きもNGですね。せめてTVはOFFに！(P)



夕暮れどきの風。前浜はホントに美しい季節です...。夏至の前後、晴れた日はぜひ来てみて下さい...



6月末頃より、当院の前道路に 公共下水道工事が入るそうです。出入りの際は、お気を付けて下さい

お茶断ち(カフェインレス)生活始めて1ヵ月経つ。晩も良く眠れますし、精神的にも安定して色々な気がします。トイレが近かったのも治まり
良い事づくめ。そうそう、お金もかかりませんね。チョコレートも食べないようにしています。

はり・きゅう・小児はり 枝元鍼灸療治院

岩内町野東34

☎0135-63-2077

Eメールはこちらへ↓

edamoto@mug.biglobe.ne.jp

HP・fbもごらん下さい！

はり-そうの治療-診察はこの様にしています。

⑥ 問診 痛む所とか以外にも、体の本当に良く無い所を推察する為、食欲・睡眠などについて伺います。

⑦ 望診 入浴に、その方の体か、体の状態を直感的に診ます。

⑧ 聞診 声の感じ、咳、呼吸、お腹の音などを聞きます。

⑨ 切診 脈診、腹診、触診があります。

何度か通院されている方々、何も言わなくても、体調が良い、悪いはすぐに分ります。

そして、それにもとづいて治療する事で、心身共に元気が出る様になります。

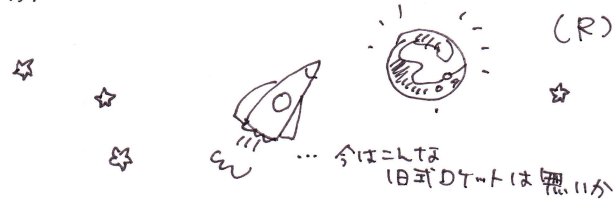
宇宙から地球を見れば...?

宇宙飛行士、山崎直子さんのお話。地球をはなれ、ロケットでどんどん土へ上へと飛んで行って、その時地球は、どの様に見えるか? 山崎さんは、地球を足元に見下ろすイメージを漠然と持っていたのだそうです。ところが、実際には、「頭上に光り輝く、青い星を見上げた」というもの。

宇宙には、上も下もないので、言われてみれば、当たり前のように感じますが、体感としてそれを知ると、世の中が違って見えるでしょうね。

狭い地上で、「こちらが上、こちらが下」と、当然に思っ暮らしている人間達の、ナント小さいこと。

それにしても、生きているうちに、宇宙へ旅に出てみたいものですか?...。どーかなー。



⑩ いずれそのうち書評

まだ読んでないけど、読みたい本...



① 『緩慢の発見』 ショテン・ナルドニー著

自分も他人も、急いでやりたいし、早くしてほしいし...! そんなせかせかした生き方に、ノーと言ってかきそうなお本だ。

② 『星新一 四 最相葉月著』

評伝、エッセイ、著した方も大好きです。

③ 『空想ぶた報告』

おかげさまで、なにか、ひらがな...

～診療受付時間～

予約制となっております。お気軽にお問い合わせ下さい。

	月	火	水	木	金	土
午前9時 ～ 12時	●	●	●	●	●	●
午後2時 ～ 午後7時	●	●	—	●	●	—

(休診日 日・祝日)

はり・灸・小児はり 枝元鍼灸療治院

☎ 0135-63-2077