



2012年 6月号



6月で緑のかえる治療院も1周年を迎えました。
これからも元気いっぱいの治療院にしていきたいと思いますよ〜。

発行: 緑のかえる治療院

〒458-0828 名古屋市緑区鳴海町字姥子山22-1

TEL 052-693-8797

ホームページアドレス <http://midori-kaeru.com/>

毎日ツボ押し いきかえる♪



自分で押しやすい体勢で



ゆっくりじわ〜と押します

しょうきん 承筋

～今日のツボ～

足がつる人の予防に

ツボの場所

膝の裏側とかかとを結ぶ線の真ん中で、ふくらはぎの中心。

押し方

ベッドなどに腰かけ、足もベッドの横にのせます。
親指でゆっくりと押していきます。

解説

これから夏場にかけての時期に足がつりやすいと言われています。時間帯は夜寝ている時や明け方です。「こむら返り」とよばれるもので筋肉の冷えや疲れが原因で起こることが多いです。関西は「コブラ返り」と言うそうですよ。

ケイレンが起きている時は痛む方の足の親指の付け根や足首をクルクルとゆっくり回しましょう。ケイレン

がゆるんできたら承筋を押していきます。足がつりやすい方は、予防のためふだんから刺激しておきましょうね。

院長のつぶやき

140字以内のひとりごと

鍼灸専門学校で球技大会の時に、クラスでTシャツを作りました。このTシャツはすごく気に入っていて、今でも時々着ています。当時は懐かしく思い、また初心にかえる私のパワーアイテムでもあります。(93文字)

学生時代の仲間と治療について語り合いました。それぞれが個人で治療院を運営しているため、なかなか会えないからこそ久々の再会は楽しい時間でした。治療スタイルは違っても熱い思いは同じ。個々の夢もいつかは形にしたいものです。(108文字)



あたまをほぐす

なぞなぞの森

アルファベット2文字で表せるお菓子ってなんだ？

ヒント: 「OとO」。イラストもヒントだよ



こたえは7月号に書いてあるよ

5月号のこたえは「森林」です。分かるとなーんだですね。

目の不思議



真ん中の黒い4つの点をじっと見つめて白い壁を見ると…?!

じっと見ていると目の網膜画像が焼きついて白いキャンパスを見たときに色が反転して見える現象を利用したものです。

網膜は、じっと見つめていないと焼付かず、逆に絵が瞬間的に切り替わると動いて見えて、アニメや映画のような動画が楽しめるのです。

人物像が見えたら成功ですよ。目ってホントすごい!!

編集後記

振り返ればあっという間の1年でした。たくさんの人と出会うことができ、たくさんの人に助けられた1年でもありました。感謝の気持ちとともに、これからもこのご縁を大切にしていきたいと思っています。2年目もがんばりますっ! (山崎)

緑のかえる治療院からのお知らせ

6月2日(土)は夜6時までの営業とさせていただきます。その他は水曜定休日以外、土日祝も休まず営業しております。ホームページや電話での予約も受け付けております。