

## 2013年 1-2月合併号

あけましておめでとうございます。  
今年も緑のかえる治療院をどうぞよろしくお願いたします。  
疲れを感じたら、いつでもいらして下さいね。



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♪



ほぼ爪の生え際です。



ペン先でつついても効果あり

### いんぱく ~今日のツボ~ 隠白 ストレス性の肩コリに

#### ツボの場所

足の親指の爪の内側の生え際からすぐのところ。  
押して痛みが出る部分をツボとします。

#### 押し方

親指でグツと強めに10回ほど押します。爪を当てて  
押しつけてもいいです。

#### 解説

肩コリは、肩や腕をよく使っていないくても凝ることが  
あります。その原因のひとつがストレスです。  
筋肉の疲労からくる肩コリよりも、精神的なストレス  
からくる肩コリの方がほぐれにくい。  
原因であるストレスを発散することが一番なのですが、  
忙しい時にこのツボを押してみましょう。

押して痛みを感じたらストレスがたまっているサイン  
なので、お休みの時にしっかり休養をとったり、好きなことに没頭したりして、早めに  
心をほぐして下さいね。

### 院長のつぶやき

140字以内のひとりごと

当院でも行っている小児ハリの効果に毎回  
驚かされます。小児ハリがすごいわけでは  
なく、子どもの回復力がとても強いのです。  
夜泣きやカンムシは本当に良く効きます。  
これでお母さんもグッスリですよ。(93文字)

今年は私の干支「巳年」です。節目の年で  
もあるので思い出深い1年にしていきたい  
ですね！年の数だけ食べる節分豆もだいたい  
多くなりました…。鬼は外、福は内～♪(77文字)



あたまをほぐす

## なぞなぞの森

犬の「ころ」が子供を産んだので、その子犬に  
「ころ」と名付けました。  
やがて「ころ」も大きくなり子供を産みました。  
その子犬に付けた名前はなに？

こたえは 3月号に書いてあるよ

12月号のこたえは「トランプ」だよ。



## mojikirie もじきりえ

新コーナーはじまります♪  
ひとつの文字にふたつの読み方  
不思議な漢字の切り絵です



本年、最初の一字は「喜」です。

「喜(よろこぶ)」という漢字の上側を左にすると、  
英語で「HAPPY」とも読むことができます。

今年1年、みなさまが 喜び と HAPPY をたくさん  
手に入れることができますように！

### 編集後記

今年は「挑戦の年」にしたいと思っています。地に足をつけて努力  
しつつ、何か新しいことにも目を向けていきたいですね。  
「石の上にも3年」を迎える緑のかえる治療院、もっとたくさんの方  
の癒しの場にしていきたいです。

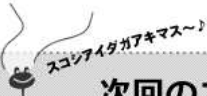
(山崎)

### 次回のニコニコかえる通信は…

今回は3月号となります。

毎月コツコツと続けていますが年始はどうしても作成  
期間がなく、合併号とさせていただきます。

引き続きご愛読お願いいたします。



スコンアイタガアキマス〜♪