

治療院・接骨院

第6号毎月200枚限定発



千樹館だより

発行責任者／千島直樹

住所：千葉県印西市浦部 163-5

電話：0476-42-6839

HP

<http://www.senjyukan.com/>

ご相談メール：rqqrq026@ybb.ne.jp

6月号

【2015年 6月営業予定表】

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------|----|---------|----|---------|----|----|
| | 1 | 2 休 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 前 | 8 | 9 休 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 休 | 17 | 18 茨 | 19 | 20 |
| 21 腰 | 22 | 23 休 | 24 | 25 茨 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 休 | | | | |

【2015年 7月営業予定表】

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------|----|---------|----|---------|----|----|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 丁 | 6 | 7 休 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 休 | 15 | 16 茨 | 17 | 18 |
| 19 腰 | 20 | 21 休 | 22 | 23 茨 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 休 | 29 | 30 | 31 | |

こんにちは 院長の千島です。

今年ももう6月に入り、まもなく上半期が終わりを迎えようとしています。梅雨時の天候は急に変わったり、雨で気温が下がったり、地域によっては大雨が続いたり不安定なお天気が続いてしまいますよね。 スッキリしない毎日ではありますが、梅雨が終わればよいよ夏！ 夏は体力勝負の季節でもありますから、きちんと食べて、寝て、運動して、夏に向けて備えたいですね。

この時期の注意は、熱中症や金属アレルギー、あせもの悪化など、暑さや湿気による疾患が増え、感染症も多く見られる時期です。また、暑く感じる日もあるものの、適温日が多い月。湿度は高めですが、梅雨入りするまでは、快適な日が多いでしょう。

【嬉しい出来事のコメント便りです！】

「嬉しい出来事を作ることは、実は簡単です」「嬉しい事が、起きて欲しい」
いつ、どこで、どんな嬉しい出来事が・・・
ところが、自分ではコントロールはできません・・・「難しいでしょう」??



しかし、難しいと思うことは誤解です。嬉しい出来事は、自分から作ることで。人助けをすれば笑顔になって「ありがとう」と感謝される笑顔と言葉は「嬉しい」です!(^^)!

いい言葉

今日の成果は、過去の努力の結果であり、未来はこれからの努力で決まる。

【腰痛健康教室開催案内】

6月21日(日) 15:00

千樹館接骨院内

【当院では、交通事故のケガに対する専門治療が可能です！】

交通事故によるケガの治療や保険会社との様々な対応は当院にお任せ下さい。おケガの状態に合わせて早期回復治療を受けております。早期回復治療を受けることで元気な体に戻り体が早く楽になります。自賠責治療や実費治療でも患者様の交通事故治療負担は0円です。一切治療費はかかりませんのでご安心下さい!(^^)!

書類のやり取りや慰謝料の問題などは、当院の信頼できる顧問弁護士の先生が、バックアップしてくれます。悩まないで大丈夫です!(^^)! お気楽にご相談下さい。

【面白い情報】

あなたの5年前と5年後のあなたは！？

お父さんの仕事や社会活動とお母さんの家事と育児などにとってこれから5年後目指して考えませんか？

【2010年はこんな年です】

- 子ども手当支援スタート
- 鳩山内閣総辞職、菅直人が第94代総理
- たばこ1本あたり3.5円増税
- イチロー10年連続、200本安打達成
- 山崎直子宇宙飛行士らをのせた「ディスバリー」打ち上げ成功！

【2020年はこんな年】

- 第32回夏季五輪パラリンピックが東京で開催
- すべての都道府県で人口減少
- 日本の高齢者世帯が全体の約30%に達する
65才以上の人が約1/3が高齢者です！
- ひとり暮らし世帯が最も多い家族類型になる！

【かわったところ】

- 1 生活環境
- 2 体力の減少
- 3 性格
- 4 趣味
- 5 体形



【具体的展望】

- 1 家庭円満
- 2 転職
- 3 起業（社会復帰）
- 4 英会話習得（趣味）
- 5 もっと健康に

Q 5年前と変わったこと？

この5年間で社会の大きな出来事と言えば「東日本大震災」。精神的な変化は世の中で反映されました。「あきらめることが出来た。おおらかになった」「物欲が減りました」「人生一度、何があるかわからないと前向きに考えるようになった」「行動力や決断力は増した気がする」「社会の時事に興味がわくようになった」また「体力、筋力、肌のハリがかわった」「今以上に健康オタクになり、家族のために頑張りたい」・・・

Q 5年後、あなたは

変わっていただきたいですが？

5年後には仕事を通じて社会と関わることに希望する方が多いです。「転職が天職になった」「好きな仕事を始めていたい」「子供も大きくなるし自分の時間もとれるはず」「ネット販売の起業を始めたい」「不安定な仕事ではなく、やりたいことをやって社会と関わってほしい」「今以上に健康オタクになり、家族のために頑張りたい」・・・

【結婚していても、していなくても人の「加齢」は「公平」にきます。それを上手に乗りこなしましょう。多少、年を重ねても変化があるから、人の器も大きくなる。それが心豊かに楽しく、5年後を迎える秘訣です！】