

治療院・整骨院

第17号毎月200枚限定!



# 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://senjyukan.sukkiri.org/>

ご相談メール: [rqqrq026@ybb.ne.jp](mailto:rqqrq026@ybb.ne.jp)

定休日: 火曜日・水曜日

## 6月号

### 【2016年6月営業予定表】

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

#### 【当院では、交通事故の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お受けします。

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。**

こんにちは 院長の千島です。

今年もう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暑くなったり、かと思えば雨で気温が下がったり、地域によっては大雨が続いたりと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。さて、そんなジメジメした6月ですが、昨今では日本でも『ジューンブライド』という言葉が定着しつつありますよね。「ジューンブライド」とは、直訳すれば“6月の花嫁”ということですが、ヨーロッパでは“6月に結婚した花嫁は幸せになれる”という言い伝えがあるそうです。もともと日本では梅雨のある6月は結婚式の少ない時期でしたが、結婚業界が閑散期である6月の結婚式を増やすために、ヨーロッパの風習を日本に持ち込んだのが始まりと言われていています。実はこの「ジューンブライドの由来」は様々な説あると言われていています。例えば、

- 6月は英語で「June」ですが、これはギリシャ神話の女神「Juno」からきています。このJunoという女神は家庭・女性・子どもの守り神だったため、この女神の月に結婚すれば花嫁は幸せになれるということをあやかるとされる説。
- 6月は農家の仕事が落ち着く月であったため、この月に結婚しても作業の妨げになる事がないため、6月に結婚する花嫁が多かったからという説。
- ヨーロッパの6月は1年の中で最も雨が少なく良いお天気が続きます。また、キリストの復活祭も行われる時期であることから、ヨーロッパ全体が祝福ムードにあふれているため、6月の花嫁は幸せになれるといった説。このように様々な説があるそうです。日本でも「ジューンブライド」は徐々に定着しつつありますから、「6月の結婚」と聞くとそのイメージから幸せになれる感じがしませんか? 結婚式は行う方も参列側も幸せな気持ちになれるものです。今月ご結婚なさる方、どうぞ末永くお幸せに!

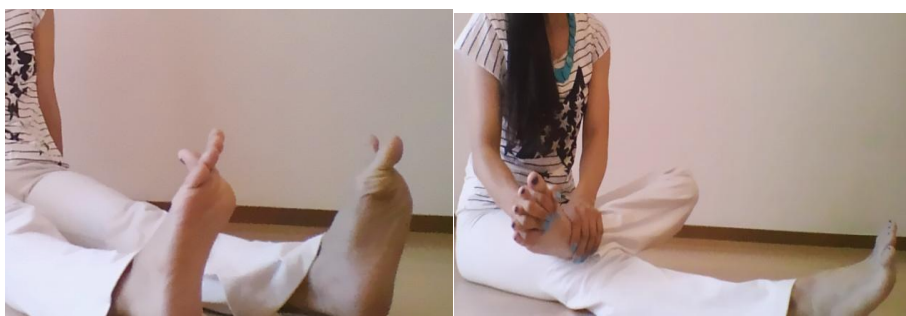
院長 千島直樹



## 健やか情報【28年度6月号：足のトラブルの種類

長く歩ける健康な足になりましょう。

人の足は、かかと、親指のつけ根、小指のつけ根の3点で体重を支えています。アーチ状に骨が並び、かかとから親指を結ぶ「**内側の縦アーチ**」、かかとから小指のつけ根を結ぶ「**外側の縦アーチ**」親指から小指まで5本の指を横に結ぶ「**前方の横アーチ**」があります。アーチが崩れると足の機能が低下し、足の変形が起きやすいです。前方の横アーチが崩れ、指が横に広がった状態が「**開帳足**」です。女性多くに見られ、足が疲れやすくなります。自覚症状がなく、他の症状が出て、気づくことがあります。開帳足だと、足の指が他面にきちんとかさず浮き上がった状態の「**浮き指**」になっていることも多いです。横のアーチが崩れると「**外反母指**」や小指の関節が内側に向かって変形した「**内反小趾**」になりやすくなります。



足指ストレッチ方法写真

### <足指グーチョキパー>

□足を投げ出して楽にします！

- 1、足指を広げて、パーを作ります。
- 2、足指の関節をすべて使って握り、グーを作ります。
- 3、親指と四本指を交互に前後に動かして、チョキを作ります

### <足指手指の握手>

□座って片足と反対がわの手の指をからめて握手をします。

- 1、手足の指を入れて握ります。
- 2、リラックスして握手したまま足指を回します
- 3、手を足指から引っ張りぬきます。