

★ 治療院・整骨院

千樹館だより

第60号毎月200枚限定発行



発行責任者／千島直樹

住所：千葉県印西市浦部 163-5

電話：0120-080-134

HP：<http://senjyukan.sukkiri.org/>

ご相談メール：rqqrq026@ybb.ne.jp

定休日：火曜日・水曜日

1月号

【2020年1月営業予定表】

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

【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！(^~)!

お気軽にご相談下さい。



賀正 本年もよろしくお願ひいたします。

皆様のご健康を心よりお祈り申し上げます！

こんにちは、院長の千島です。 **新たな一年が幕を開け、皆様方には健やかに過ごしのこととお慶び申し上げます。** 昨年は『自然災害』に苦労しました。今年はどうなるのでしょうか？ 1月は何とも言えない“期待感”や“不安感”が入り交じった独特の感覚を覚えますよね。新たな挑戦をしたり、はたまた古い絆を取り戻したりと、何が起ころのかとても楽しみです。ところで、皆さんは『初夢』は見られましたか？ 見たとしたらそれはどんな夢でしたか？ 私たち日本人にとっては、新年に見る初夢はその年を占う大切なものです。ただ、初夢といっても新年の最初に見る夢のことではなく、1月1日～3日にかけて見る夢を指すのだそうです。昔から言われる縁起の良い夢は「一富士（いちふじ）、二鷹（にたか）、三茄子（さんなすび）」で、その中のどれかが夢に登場すると良いことがあると言われていますが、なぜそのように言われるようになったかは諸説あるのだとか。一つは徳川家康に縁のある「駿河の国」の名物・名産品を詠んだ川柳からきたというもの。そしてもう一つは、「富士」は日本一の山、「鷹」は威厳のある賢くて強い鳥、「茄子」は「生す」「成す」で物事が発展する様を表し、縁起の良さに結びつくというものです。「初夢」が初めて文献に登場したのは鎌倉時代のようなので、「一富士、二鷹、三なすび」は後の時代に付け加えたものになるそうです。昔から日本人は縁起を担ぐ風習がありますから、その風習が今でも大切にされているのです。でも、悪い夢を見てしまった方も不安にならないで下さい。実は、夢は現実世界に対する忠告や警告だったりするので、体調に気をつけたりする一つのきっかけとして受け入れてみるのも良いかもしれません。一年の始まりである今月は、何かを始めたり、新たな目標を定める絶好のチャンスです。普段の生活を見直し、新たなことに目を向け、実りある一年にしたいですね。 **今年も皆様にとって多くの歓びがある一年となりますよう、お祈り申し上げます。体調管理をしっかりとして下さいね。**

衣食住、そして心から温まり、健康維持するコツ！

体は優れた機能を持っています。(A)

普段から健康の人は、体に関してあまり興味を抱いていないこともあります。

きちんと動く体も、忙しいときにちゃんと無理さえなく体も、あって当たり前と考えているのでしょうか。スポーツを楽しんだり、旅行に出かけたりできる体力も当たり前と感じているはずです。

飲みすぎても体がアルコールを分解してくれることを不思議に思ったことなどないでしょうか。当たり前だからです。風邪をひいてもやがては治ることも、当たり前と思われがちです。

本当はとも優れた体の機能のおかげなのですが・・・人間の体はとっても精巧にできています。コンピューターを頼っても人体ほどの精密な機械はつくれません。

心臓のように規則的に100年間も収縮し続ける機械はありません。しかしその時々で、必要に応じて収縮の速度を臨機対変に変更できる機械は、今後も開発されないでしょう。

さらに、具体的に考えてみましょう。

ひざなど関節もとても、精密にできています。ある程度の角度に曲げてても、きちんと角度を維持して体を支えています。ジャンプしたとき藻、着地時には無意識にひざを適度に曲げて衝撃をやわらげて、体へのダメージをかなり減らすことをしています。内臓の働きも、驚くほど優れたつくりになっています。胃に入った食物はいつのまにか消化されて細かく砕かれます。消化液を分泌して、食物をドロドロなるまで分解していきます。そして、小腸に送られて、必要な栄養分だけ吸収します。この過程をもし機械で行なったら、かなり大きな機械になるでしょう。とても人体のスペースには収まりません。もちろん、脳がいかに精密であるかは、常にいつトラブル等を起こすか心配しつつ使っているコンピューターと比較すれば、よくわかります。100年間も使えて、まあまあその後は、多少の精密の低下として認知症などはありますが、それでも、50年ほどは精密の低下もなくほとんどトラブル等なく働き続ける脳はいかに優れたものであるかよくわかります。

『もっと頭がよければ幸せだったには・・・』などと、不満を言っていけません。もしかするととてもよい性能の脳を持っているのに、使い方がよくないため、能力(脳力)を発揮できていないのでしょうか??

