

たに整体院 通信 (仮)

(2020年12月号)

発行者：谷 信弥

☎ 0744-41-9046

LINE登録はこちらから→



もし、ご家族やお知り合いの方
でお体のお悩みがある場合も
お気軽にご相談くださいね♪



近況報告

こんにちは！たに整体院の谷です！
今この文章を書いているのは、11月末ですが、
本当に一気に寒くなってきましたね。

寒くなるときは、寒さに体が慣れていないの
で、より気をつけましょうね！

皆さんは、どんな秋冬を過ごしていますか？

コロナの影響で、家の中での暮らしが
増えていると思います。

これは、逆に日々の暮らしのありがたさを
考えるきっかけにもなりますよね。

普段は当たり前のことが、当たり前じゃな
いと。

感謝しかないですね。

もちろん家ばかりにいと、あんまり良くない
こともあるので（笑）、とくに冬は、日光をた
くさん浴びるようにしましょう！
ネコが日光浴しているみたいに。

私は、畑、ガーデニングをしながら、
日光浴をたのしみます。

「整体学」研究所

“私の頭の中に蓄積されたエビデンス”

「痛み不調は、その部位にあるとは限らない。」

これは、何度も施術している中で感じたことです。
安静にしても良くならない、痛み止めや湿布をしてもなかなか良くならない症状というのは、
症状がある部位に、原因がないことがほとんどなんです。

まあ、痛いので腰とか、膝とか、股関節とか、足とか、その部位に意識がいつて
しまうのは、仕方がないことなんですけど・・・。

でも、意識しすぎてしまうと、対処が柔軟に行えなかったり、偏った治療方法になることもあり、
「柔軟に」というのがポイントかと思います。

例えば、足裏の土踏まずとふくらはぎが痛くて、寝るのも歩くのもツライときがあったという
患者さんがいました。その場合でも、いろいろチェックした結果、腰とお腹の中にある
筋肉（腎臓系）に問題があるとわかりました。

その部位を調整して、重心を整えていくと、足裏とふくらはぎの痛みがスーッとなくなって
いきました。

これは1つの事例ですが、このような事が、毎日の施術の中で起こります。
自分でもいろんな発見がありますし、「マジ!?ここだったか!!」と想定外のこともあります。
こんな所が、エビデンスが取りづらい整体の魅力なのかと思いますし、無限の可能性があると
信じています。

話は逸れましたが、痛い部位だけに目を向けず、自分の体を観察してくださいね。
ということが言いたかったただけでした。また、次回をお楽しみに。感謝。