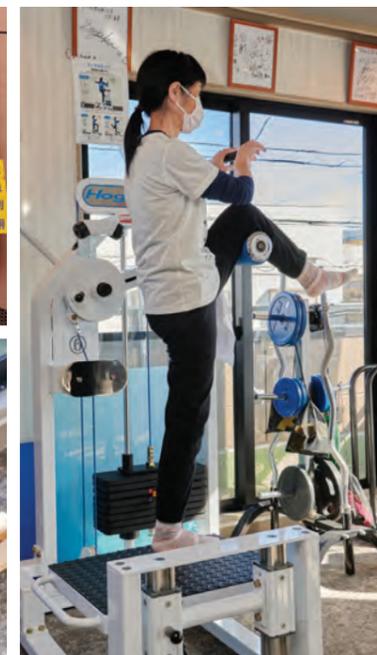


子どもたちやアスリートの未来のために



いくつになっても動ける身体でいるために



生きていくための動作チェック

例えば、歳を重ねてからゴルフをやりたいと思ったとき、過去に動けていた自分の印象が強く、まだ出来るのではないかと思います。そうしていき動いてみると、思ったようには動けなかったということがあると思います。こうした心と身体とのズレが、怪我や痛みにつながるケースを多く見てきました。そのような現象を防ぐためにも、心と身体とのバランスを合わせていくことが大切になると考えています。

ホグレルは必要以上の負荷をかけず、ちょうど良い感触で動かせるマシンなので、そういった心と身体とのバランスを合わせていきやすい機器だと思っています。施術でも行っている腕回しなどの動作を行うこともでき、思い描いていた通りのマシンでした。人間にとって当たり前の動作を再現しているマシンなので、ホグレルを使うことで、今日は大丈夫、今日は痛い、この状態はまずいかな、と身体の様子をチェックすることができています。ホグレルが、健康に生きていくための動作チェックになっています。

痛みの意識

身体は日々、関節の動きが鈍くなったり、硬くなったりと、痛みの元となる原因が、身体のどこかでつく

られています。人間の身体は皮一枚で繋がっているため、良いも悪いも次々に連動していきます。そのため、痛みをとる場合も、患部を直接動かすのではなく、患部外から緩めていきます。すると連動して、患部も緩み動けるようになることが多いです。

心配ではないところから動かしていき、動けるといいう自信や動く事への勇気をつけていくことが大切だと思います。当院では、痛みがあってもホグレルを使わせていただいています。動かすときは、あまり患部を意識しないように会話したり、声をかけるようにしています。痛いと思ったり、患部を意識しすぎると、脳が必要以上に痛みを認識し、痛いという信号を筋肉と神経に送ります。すると余計に、痛いように感じてしまいます。重要なのは、できる、大丈夫、動かせるという脳に、切り替えてあげられるかどうかです。それでも動かない場合には、内部や他の箇所の問題がある可能性を考えていきます。ホグレルは、痛みを抱えていても動けるんだということを認識させ、勇気づけて自信をつくるきっかけにも役立っています。

接骨院の立ち上げ

全体の患者さんに、何が不安ですかと聞くと、お金よりも動けなくなる身体だという答えが返ってきます。人間の究極の幸せは、地面に足をつけて空を見ながら歩けたり、おいしくご飯を噛めることではないかと思っています。そのためのお手伝いができればと思って

いますが、整体は完全自費のため、患者さんの負担が大きくなります。私自身も、一人ですべての患者さんを診ていくには限りがありました。そこで、保険が使えれば負担も減り、より一層多くの方が利用しやすくなるのではないかと考え、接骨院をつくることにしました。

身体に不安があれば、整体で身体とのバランスや歪みを調整し、炎症や細かな治療は接骨院でケア、身体の動きに問題や不安があれば、予防フィットネスで動作チェックや改善、日頃のメンテナンスといった流れで通っていただいています。

時短で身体コントロール

健康で過ごしていただくために、患者さんには自分で気づいていただくことが重要だと思っています。ホグレルを始めると皆さん、人の動きをよく見ています。短い時間で施術結果を出すこと、自分で気づいていただくことの両方を行うには時間がかかりますが、ホグレルを始めると、人はできているけど、自分はできていないと気づかれる方が多く、時短にもなっています。

患者さん自身に気づいていただく方法の一つとして、ホグレルを活用してどう表現できるかだと思います。ポイントは感じ方と、どこにアプローチしていくかだと思います。台数も重要で、機種が多すぎても人は手を抜き始めてしまうと思うので、7台という数とは

てもバランスが良いと感じています。ホグレルは1機種で何通りも使うことができるので飽きることもありません。7台あることで、出来る事の可能性が大きく広がっています。

自分の身体を操っているのは自分です。ホグレルを続けることで、自分の身体にとっての良い感覚と悪い感覚を身につけていただき、自分の身体をコントロールできるようになっていただけたらと思います。

整体院×接骨院×予防フィットネス

歳をとって行く中で多くの方が、いつまで生きていけるかと不安に立たされていきます。その不安をゼロにすることはできませんが、少しでも減らしていくお手伝いができればと思っています。そのためにもまずは、私がお手伝える側になりたいと思っています。

予防事業としてホグレルがあることで、子どもたちの未来やアスリートを支えること、動かしていくケアを大切にしていきたい65歳以上の方たちの、お手伝いができているのではないかと感じています。整体院、接骨院、予防フィットネス、それぞれの得意分野を融合させて、患者さんや選手たちを、人生の最期まで支えていきたいと思っています。さらにどうやって喜んでいただくか、何を提供していくかは、これからも考えていきたいと思っています。



整体院
リズム×リズム
ホームページ