

カラダの調子を整える

今月のテーマは「刮痧(カッサ)」について中国整体 楽楽堂の李占法先生に、「不妊症」について国際漢方 茨木薬店の戸田先生にお話をお伺いしました。

Q 刮痧(カッサ)マッサージとはどんな療法で、どんな良い変化があるの?

A 刮痧の「刮」は擦る、「痧」は瘀血(血の毒)を意味します。鍼や灸と同じくらい歴史のある治療法です。

・経路の流水がスムーズになり、全身のバランスの調整ができる
 ・高いリフレッシュ効果が得られる
 ・薬が不要なので、副作用などの心配が一切ない
 ・顔や体の筋肉がゆるみ、様々な美肌効果が期待できる
 ・頑固な肩こり、免疫機能増、ストレス改善にもオススメ



中国整体 楽楽堂 李占法先生
 本格的な中国整体の経験と日本の「柔道整復師」の国家資格も取得している実績を持つ。

刮痧は「刮痧板」という道具で、皮膚を擦って刺激します。毛細血管に圧を加え老廃物や血液の毒を押し出し、「気・血・水」の通り道である経路の流れをスムーズにして体を活性化させ、体調を整える治療法です。オイルやクリームなどの滑剤を塗り、軽く撫でるように擦ると、弱っている部位の皮膚に内出血のような赤黒紫色の斑点が浮き上がります。これを「痧」といい、2〜3日で自然に消えます。中国や台湾では身近で一般的な療法で、最近は日本でも注目を集めていますが、まだ体験できる場所が少ないのが現状です。

Q 若くても妊娠しにくい人と、高齢でも出産される人もおられるのはどうしてですか?

A 生活習慣と体質(冷え症・婦人病・ストレス等)の改善でご自身のホルモンバランスが整うと妊娠率が高まります。

漢方治療で次のような例があります。35歳で結婚され子どもが欲しかったHさんは、タイミング療法、人工授精、体外受精とステップアップし5年間通院。しかし40歳の時病院で受精卵・遺伝子が悪いのでこれ以上の治療は無いと言われて、ご夫婦共に諦め断念されました。Hさん40歳の時に冷え症と体調不良改善の為に漢方を服用しだすと冷え症が改善。お肌の調子と体調も良くなりそのまま漢方を継続。するとHさん42歳の時、妊娠を確認し43歳で病院では諦めていた元気な男の子を出産されました。Hさんご自身の体質改善に合ったオーダーメイドの漢方で体調が整い、卵の質が向上し、赤ちゃんを育みやすい体質に改善され自然妊娠に恵まれたのでしょうか。

身体に優しい漢方で、体質改善を目指すことをおすすめしています。



国際漢方 茨木薬店 戸田先生

肩こり・腰痛・五十肩・冷え症・むくみなど

茨木でオープン12年 本場の中国整体で免疫力を高めて感染症に強い体を

指や掌、肘を使った様々な手技を用いた施術を得意とする「楽楽堂」。普通の整体マッサージとは違い、全身のバランスを調整することに重きを置く本場中国仕込みの手技なので、肩・腰・関節の痛み改善はもちろん、人間本来のパワーである免疫力を高めて感染症に強い体を養う効果もあるという。「病院に行っても治らなかったのに、ここに来て良くなった」という声も多数。保険治療対応もしているため、頑固な持病をお持ちの人や慢性的な不調を感じている人は、一度相談に訪れてみよう。



弱った内臓を刺激して自律神経や婦人科系疾患、ストレスなどにも効果のある吸玉



院長 李占法 (リセンホウ)
 中国で何度もメディアに取り上げられたことがある李先生は、この道30年のベテラン。東洋医学の経路とツボ治療に精通し、日本で「柔道整復師」の国家資格も取得している実力派。

Menu |

全身整体・足裏・ダイエット・吸玉・刮痧の各コース

- 40分.....4,500円 ● 70分.....7,000円
- 60分.....6,000円 ● 90分.....8,500円

※お得な回数券あり 「楽楽堂整骨院」にて各種保険取扱手やベッドのアルコール消毒などコロナ対策万全

特典 |

「シティライフを見た」で
 ●各コース(初回のみ)2,000円OFF! (2月末まで)

中国整体 楽楽堂
 茨木市西駅前町5-36 高橋ビル6F
 受/9時半~20時半
 無休 予約優先
072-623-6789
<http://raku-ibaraki.jp/>
 JR茨木 楽楽堂 で検索



慢性的な腰痛・肩こり・座骨神経痛など

南茨木エリア口コミ第1位 改善しない腰痛・肩こりは専門院へ

「慢性的な腰痛や肩こりで、湿布や痛み止めが手放せない」「どこに行っても痛みが治まらない」「朝起きた時から強い痛みや症状が」。その痛み同院に任せてみては?状態を見極め、痛む場所だけでなく本当の原因にまでアプローチする、きめ細やか&オーダーメイド的な手技が特徴。骨盤を中心に身体のバランスも整えてくれるので、3年以上にわたる辛い痛みや不快感も改善される。親身な対応も評判で、遠方からの来院者も多数。坐骨神経痛など深刻な痛みもぜひ相談してみてください。



予約はLINEからが便利!

茨木はなおか整骨院
 茨木市真砂1-13-2
 営/9時~12時半・15時半~21時
 土曜9時~14時
 水曜午後・日祝定休
 駐車場あり
072-655-1516
<http://i-hanaoka.com/>
 HIPはこちら



特典 |

「シティライフを見た」と予約で新規の方・初回限定

- 初診料.....2,000円→**無料**
- 腰痛・肩こり根本改善コース 6,500円→**2,980円**
- 産後骨盤矯正・マタニティコース.....5,500円→**2,980円**

※1日2名様限定 (2月末まで)

不妊漢方アドバイザー・体調不良、免疫(性細胞)など

自然治癒力を呼び覚ます漢方で新型コロナによるコロナうつなどを改善

免疫力とは体外からのウイルスや細菌、体内で発生した癌細胞などを撃退する、病気になりにくく、病気を早期回復する自己防衛システムのこと。「新型コロナウイルスや癌細胞も発病する人と、しない人の差は個々の免疫システムの違いです」と戸田先生。免疫力と自律神経を整えるには規則正しい生活と適度な運動が大切。漢方では一人ひとりの体質や症状に適したオーダーメイド処方により低体温や血流、自律神経を整え体質を改善していく。免疫力アップはもちろん、子宝相談、アトピー性皮膚炎、自律神経、冷え症、血圧、寝たきり予防、神経痛、リュウマチなど諦めないで一度相談してみれば。



高槻薬店は大阪で唯一「あなたの町の国際中医師」に掲載された藤本先生。
 茨木薬店は女性の漢方アドバイザー戸田先生が優しく親身に相談のってくれる。

国際漢方 茨木薬店
 茨木市真砂1-11-35(平和堂1F)
 無休 相談/10時~18時
072-638-9939
 漢方瑞雲 高槻薬店
 高槻市芥川町1-11-1(JR高槻徒歩3分)
 水曜・講習会日休 相談/10時~18時
072-686-0090
 ※各店予約制の為相談前に一度連絡を

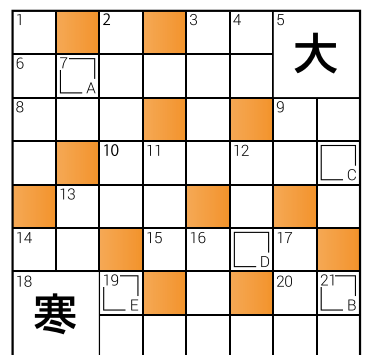
CROSS WORD

応募方法 / はがきもしくはFAXに解答と干・住所・氏名・年令・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。(毎月20日〆切)

応募先 / FAX: 06-6368-3505
 〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23 シティライフ「クロスワード」係
●1月号の答え トシコソバ

ノーマルクロス

- ↓タテのキー
- 1 トマトの赤い色素。抗酸化作用が強い
 - 2 軟体動物。卵は海そうめんと呼ばれる
 - 3 松岡昌宏が演じるミタゾノさんは出ると打たれる
 - 4 井の中のカワズは知らない
 - 5 京都の五山送り火
 - 7 霞ヶ、袖ヶ、田子の
 - 11 ⇄ 陽気
 - 12 パンにしますか、それとも...
 - 13 寒さを防ぐ〇〇〇〇具
 - 14 発熱時のブルブルブル
 - 16 シナイ山で十戒を授けられた
 - 17 身のこなしが幹なさま。魚河岸の〇〇〇な兄貴
 - 19 生地、ファブリック。ほろ〇〇をウエスにする
 - 21 首領、ボス。政界の〇〇
- ヨコのキー
- 3 ⇄ 縮小
 - 6 上に立つ人はこうであってほしい
 - 8 洋風炊き込みご飯
 - 9 ネギを背負ってきたら都合な獲物
 - 10 止まったら命にかかわる
 - 13 〇〇〇戦争とは新政府軍と旧幕府側との戦いの総称
 - 14 ⇄ 凸
 - 15 うな重についてのスープ
 - 18 寒く冷たい空気
 - 18 通過すると気温が下がり、にわか雨や突風も
 - 20 エトセラ



【解答】

A	B	C	D	E

誰もが楽しめるノーマルクロス。解答欄にある漢字は、問題を解くときのヒントになるでしょう。マスかなで全部埋めて、二重枠の文字をアルファベット順に並べてできる言葉は何でしょうか。(作・あさみ順子)

編集後記

北摂エリアでも商店や企業のほとんどが、やむを得ず休業や時間短縮という厳しい営業状況が続いています。地域媒体としてできることは微力かもしれませんが、前向きで元気の出る情報を発信し、少しでも地域の活性化に寄与できるよう邁進したいと思います。いつか「倍返し」できるよう、みんなで踏ん張りましょう!(コサオ)

今月号は子どもの習い事について担当しました。年々早期化している習い事、学習指導要領の変更による小学校教育の変化など、様々なことを知ることができました。子どもをもつ親として、改めてしっかりしたいと思う取材になりました。(まえて)

先日、半年以上ぶりにバスケットボールをしたのですがプレーがヒートアップした結果、両足を捻挫してしまいました。自分では健康で丈夫だと思っているのですが中々そうもいかず...健康な生活を送るための情報がP10,11に載っています。ぜひお読みください。(たろう)

2月は「あずきと抹茶」のスイーツやドリンクの紹介をします(P.26・27参照)。宇治の抹茶や、北海道産や丹波産の小豆など、素材にもこだわりがたっぷり。毎日がいろいろと大変な状況ですが、皆さんにとってホッとひと息つく時間になれればいいです。(まっつー)