



しんまち 歳時記

第147号 2020年3月1日 発行

ホームページ <http://shinhari.com> フェイスブック <https://www.facebook.com/shinhari.expe>

しんまちはり・灸・整骨院

〒024-0094 北上市本通り1-7-9ピラー・ジュパオ1FA

TEL 0197-63-3770

しんまち整体院

〒024-0072 北上市北鬼柳19-68

TEL 0197-62-3575 江釣子ショッピングセンター・パル1F

しんまちリハビリデイサービス

〒024-0053 北上市大堤西2-6-5

TEL 0197-72-7124



今月も「しんまち歳時記」を読んで頂きありがとうございます。

新型コロナウイルスが猛威をふるっています。まずは予防のために、うがい、手洗いを徹底していきましょう。

新型コロナウイルスで思い出すのが後藤新平の「※大検疫」です。今から125年前、日清戦争が終わり、コレラやチフスが荒れ狂う中国大陸から帰還する兵士23万人余をわずか3カ月あまりで検疫した壮大な水際作戦です。当時コレラは「死病」と恐れられていました。明治時代死者数は37万人に上り、日清・日露戦争による死者(約13万1500人)の3倍近くでした。日本全人口が2800万人程だから、いかにコレラが凄まじかったかわかると思います。

帰還兵23万人余の大検疫を行った人物こそ、医師にして臨時陸軍検疫部事務官長、郷土の英雄後藤新平その人です。大検疫のやり方はここでは割愛しますが、それは正に大事業でした。

ほぼ3カ月で大検疫事業は終わり、翌年からコレラの死者数は数百人台に激減しました。大検疫事業は完遂しましたが、後藤は、水際作戦の限界を知り、都市づくり、医療保険「国民皆保険」への布石を打ったのでした。

新型コロナウイルス対策の苦闘、先人の行った大いなる経験を見習いたいものです。



※後藤新平ウィキペディアより

株式会社 エキスパート

代表取締役 浅川 進

PAL院日記

こんにちは、しんまち整体院です。今回はしんまち整体院、人気メニューの産後骨盤調整について書きます。

なぜ、産後骨盤調整が求められているのか？

妊娠中は出産のため骨盤周りの靭帯が緩みます。

その緩くなった靭帯は出産後に数ヶ月かけ戻っていきます。しかし、その期間に、脚を組んだり、お子さんを

抱っこしたりと左か右、片方によった姿勢で生活を続けると、姿勢に癖がつき、

骨盤が歪んだ状態になってしまいます。

骨盤は人の体の土台です。

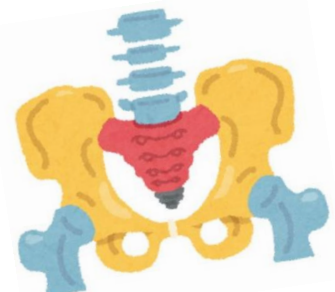
骨盤が歪む事で他の関節の歪み、筋肉の張りにも繋がっていきます。

例)肩、頸こり、腰痛、股関節の痛みや違和感、冷えやむくみなど

骨盤の位置を整える事で変わる症状がたくさんあります。

しんまちでは実際に姿勢の写真を撮り、状態を見て施術いたします。

痛みを伴わない治療です。安心してご相談ください。





「明日からラスベガスへ行ってきます☆
『ロナウジーニョと蹴るチャンスがあるとかないとか』^^
夢の様な事で一緒にできる可能性は限りなく低いのですが1%でも可能性があり
協力して下さる方がいらっしゃるなら
岡部将和にはチャレンジしない選択肢が見つかりませんでした^^」
2016年5月の岡部の投稿。

先日、NHKでも取り上げられたドリブルデザイナー・岡部将和さん。誰でも抜けるドリブル理論の持ち主です。「ドリブルデザイナー」という職業は岡部自身で創ったと、本人も語っています。いわば、ドリブルのコンサルタント。私が最初に岡部さんを知ったのはTwitterで動画がリツイートされるのが目に留まったのがきっかけです(◎_◎;)面白かったですね。そして分かりやすい。けれど、最初は見向きもされず、クリニックを開催しても、「0人」だったとか。普通ならもういいかな、無理やん、と諦めたくなると思います。しかし彼はこう思ったそうです。

「悔しい思いは当然あった。だけど僕には自信があった。世界中でサッカーに関わるとされている16億人の人達に、ドリブルデザイナーとして「挑戦する心」を伝え、世の中に今までにない価値を提供すること。ドリブルデザイナーとして大切な家族を幸せにすること。それが出来る確信があった。まだまだ大きな夢を叶える道の途中であるし、未熟者だけど、自分が決めた事、叶えたいと思ったことはだいたい叶えてきた。サッカーのプロ選手になれなかった人間が、今ではバロンドールを受賞する世界一の選手の専属コーチになることを一つの目標としている。これも本気で思っている。

みんなはどう思うだろう?無謀だと思うかもしれない。だけど、僕は出来ると思っている。そして君達も自分を信じていれば、やりたいと思うだいたいのことは出来ると思う。本当に出来ると思う。」

私は出来る 私には価値がある
自分と契約したその信念が成功に繋がると私も感じます。
さて、先ほどのチャレンジ、岡部さんは成功したでしょうか?

くらし
花鳥風月

花巻市

未来都市銀河地球鉄道

夜にだけ見られる幻想的な巨大壁画が花巻駅から徒歩5分程の場所にある。宮沢賢治ゆかりの地らしく、宇宙を翔る鉄道車両という『銀河鉄道の夜』を想起させるモチーフだ。高さ10m、長さ80mにわたって描かれた絵には、ブラックライトを照射した時だけ光る塗料・ルミライトカラーが使われている為、日中には白い輪郭しか見る事ができない。ライトアップされる時間は毎日日没から午後10時まで。宇宙の景色と銀河鉄道が浮かび上がり、夜道に輝きだす。

1度は見てみたいですね^^



ベンジャミン・フランクリン

お待ちせいたしました!
第2弾です!

Part 2 13の徳目

7. 誠実

欺して人に害を与えないこと。清く正しく思考すること。口にする言葉も、また同じ。

8. 正義

不正なことを行い、あるいは、自分の義務であることをやらないで、他人に損害を与えないこと

9. 中庸

何事も極端でないこと。たとえ相手に不正を受け、激怒するに値すると思っても我慢した方がよいときは我慢すること。

10. 清潔

身体、衣服、住居を不潔にしないこと。

11. 冷静

つまらないこと、ありがちな事故、避けられない事故などに心を乱さないこと。

12. 純潔

性の営みは、健康のためか、子供をつくるためにすること。性におぼれ、怠けものになったり、自分や他人の平和な生活を乱したり、信用を失くしたりしないこと。

13. 謙譲

イエスとソクラテスを見習うこと。