

## カイロプラクティックとは？

### カイロプラクティック

(chiropractic, chiro=ギリシア語で、手の意味)  
 骨格や骨盤の中がみを徒手によって矯正する治療法。  
 (広義では、薬物や手術による方法を除く  
 体操・食餌(シヨクジ)・物理療法を含む治療法を指す)。

### 歪んだ骨盤は、

たくさんの病気の原因になっています。

体の全ての源は骨盤です。家屋にたとえると土台が骨盤で柱が背骨。土台が傾くと柱も傾き倒壊してしまうでしょう。骨盤を整えておけば体の歪みもなくなり、それに伴う肩こり、腰痛等が解消され、全体的な脂肪もつきにくく、痩せる・魅力的になる。また、頭がすっきりして仕事がかどるなど、いいこと尽くめです。

大脳の中樞神経は背骨の背中管内を走っていて、この神経が各末梢神経までつながっています。つまり体のすみすみまでコントロールする役目を果たしています。この重要な背骨がズレなどの歪みを起こすと、各神経系統の調整が不正常となり、各臓器の賦活作用が充分に行われなくなるため、悪い症状となってあらわれます。この病根である背骨を正常にもどすことがすべての病気を治すキメ手であるといえます。

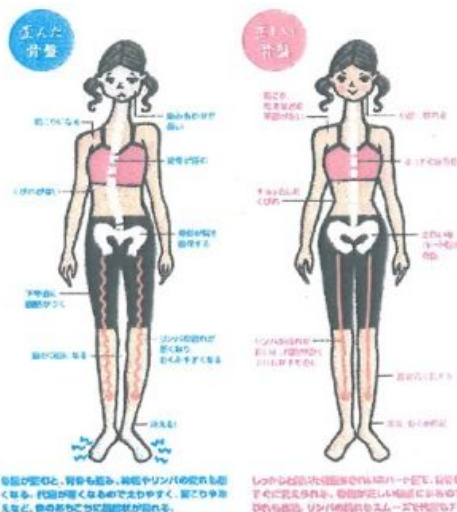


こんな症状で悩んでいる方はご相談ください。

ヘルニア、足腰の痛み、背痛、しびれ、冷え、肩こり、腰痛、ひざ痛、高血圧、便秘、神経痛、生理痛、出産後の骨盤の歪み、不眠症、頭痛、更年期障害、ムクウチ、眼が疲れやすい、姿勢が悪い、身体が弱い、集中力がない...など。また側弯症でお悩みの方もご相談ください。

女性の「やせない」「調子が悪い」は  
 骨盤の歪みが原因だった！

スリッパを履き直した女性たちのダイエットの劇的変化！  
 骨盤の歪みを正せば、脂肪のポディも夢ではあきせん！



女性の体の悩みの王道は、肌荒れ、肩こり、冷え性、O脚、お腹まわりや下半身の脂肪など。

でも、この悩みの原因が全部同じだとしたら？骨盤の歪みを正せば悩みが一気に解消、スリッパボディまで手に入るかもしれません！

それが、よく聞く骨盤ダイエット。「でも、どうして!?」と思ったあなた。骨盤が歪むと、神経やリンパの流れ、そして代謝が悪くなってしまいます。それが痩せない、体調が悪いの原因に。骨盤がキレイなハート型に回れば、神経・リンパ・代謝の問題が解消されて、脂肪が自然に落ちるのです。おまけに背骨と脚がまっすぐのスタイル美人にも！

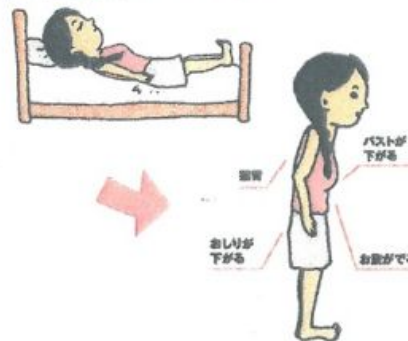
体の歪みは寝姿等から？今こそ見直せ睡眠環境！

横向きで寝られない人、注意！



「横向きが寝やすい」と言う人もいれば、「仰向けが落ち着く」等、寝る時の姿勢は人それぞれ。...この寝姿勢が歪みの力に。  
 「睡眠中、無意識に寝返りをうって姿勢を直しています。この時、やわらかすぎるマットを使っていたら体が沈んで首や腰、背骨の歪みを増長させてしまいます」。

睡眠中に骨が歪む!?  
 自分の立ち姿をチェックして!!



やわらかなマットに、お尻が沈んでいませんか？その姿勢を6~8時間も続けると骨が歪み、イラストみたいな「おばちゃんスタイル」の出来上がり。これじゃ装って見えるし、オシャレだって台無しに……。また、横向きやうつ伏せといった寝方でも骨が歪みます。

