

もっと!ふれあう あづみの通信

月刊

[Merry Xmas]

楽しいイベントの季節到来です。

rika

好きなことは、目が不自由ですが、テレビでお笑い番組を楽しんでいます。おすすめの人さんが出たら、教えてもらえたら嬉しいです。利用者様が少しでも日々の生活がしやすいようになるよう、明るく元気に施術していきます。ぜひお願ひください。

効果としては、
・視力や眼病全般・頭部の疾患全般・首や肩のこりや不調・精神的な症状・大腸の調整・痛み全般と、様々な効果が望めます。

「ペー」秒ほど押し、離して「を」を繰り返しても良いですが、ツボを指圧したままブリブリとまわすように押ししても効果的です。

「合谷」に限ることはありませんが、痛すぎるほど押しすぎると逆効果です。強すぎず、弱すぎず、気持ちがいいくらいに痛さで指圧することが大切です。

「合谷」のツボが正しく押せていると、的に視力の回復を実感することが出来ます。それをこの目安にして、健康維持に万能のツボを是非活用してみてください。

今回紹介するツボは「合谷」と言われるツボです。場所は、左右どちらの手でもかまいませんが、人差し指の骨と、親指の骨を手の方向に向かって指でなぞってみてください。この2つの骨が合流した地点からやや人差し指より上がったところにあります。

反対側の指で触ると、合流地点あたりの骨と骨の間に、くぼみが見つけられると思います。

その周辺を押し、「こ」の痛みを感じる場所が「合谷」です。

季節は冬に向かって、日増しに寒さが厳しくなっていますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。

ペット紹介



スタッフ紹介

はじめまして
施術師の湯浅です。



今月のTOPICS



ペット紹介



14才の女の子!スピッツのチコです。

ちょっと白内障で、物忘れもあるけど...
愛嬌たっぷりの癒し系、大切な家族の一員です。



スピッツ 14才 ♀チコ
(安曇野市N様)



自分の体に感動したよ。

横になりたくて足をベッドに上げようとしても、

腰も痛いし浮腫で足が重かったもんで中々上がらなかったけど。

こんなに楽に上がるようになったよ。

まだ始めて間もないけど、こんなに楽になるんなら、

やってもらってよかった。(ご本人より)

お母さんがこんなに楽になるなら知ってればもっと早く始めて

あげたかった、と思います(ご家族より)

安曇野市在住 86才 I様

編集後記

今年一年、
ふれあい心のサービスを

支えてくださった多くの方々に、心から感謝です。
年明けには、ピックアップをお伝えできるかも知れません。
我々スタッフも頑張っていきます!
皆さんも風邪などひかないように、お過ごしください。

もっとふれあう
あづみの通信編集委員会

ご利用者様の声



医療保険適用・訪問マッサージ

ふれあい心のサービス 安曇野店

〒399-8203 安曇野市豊科田沢5111-1

TEL.0263-87-6806 FAX.0263-87-6816

お問い合わせ

ホームページを開設しました!

<http://www.fureaiazumino.com>

ふれあい心のサービス 安曇野

検索