

『ここだけの話』

2018/7 Vol.28 発行：浦安駅前整体院/鍼灸院 047-355-4265

・今年も半年経ちました(～o～)

楽しい夏休みの

到来！

FROM



西念純一

とうとう7月になりました。これで今年も半年が終わりました（このセリフは毎年言いますね…(笑)）

そして、梅雨が明けてしまいましたね^_^;観測史上最速…早すぎる梅雨明けです。

半年過ぎて今年の経過をお伝えします！！

私さいじゅんは今年体改造計画を年始に掲げたので、今でも頑張っております。

ランニングに始まり、クランプチャレンジ（うつ伏せの状態を浮かせて毎日5秒ずつ増やしていく体幹の楽しいトレーニングです）、あと…それ以外やってない(><)

しかし、6月後半脇の下に「粉瘤」という大きいおできの様な物が多発した為、無理な運動は控えて最低限のトレーニングだけを行うようにしております。

昔鍼灸の学生時代に日本の中医学のTOPと称される先生に体を見てもらった所、肺経と呼ばれる経絡が悪いと言われた事がありました。将来呼吸器などに問題が出るのか？と思っていたのですが、恐らく肺経は皮膚にも関係を持っている為、皮膚疾患が色々出るという意味合いで先生は言ったのかもしれない。

過去に目の周りに出来る「眼瞼黄色腫」（コレステロールが高い方などに出来やすいそうです…）は両目とも2度程手術しております。そして、また出来ているのでまたか～と凹んでおります。

そこで今回の脇の下に「粉瘤」…。やっぱり肺経が悪いのだと思います。

こりゃそろそろ体系付けられた中医学でしっかりと鍼治療してもらわないとダメですね…！！

長谷ちゃん先生そろそろちゃんと治療をお願いしますm(。.)m

年齢や食事、生活環境により体って本当に変化していきます。皆さん、悪くなる前にしっかりとケアしましょう♪

いや、ケアしますのでちゃんといらして下さいね(^_-)-☆

・PRP療法とは？

私は野球をずっとやっていたので、ワールドカップの話題で持ちきりの6月中でも野球のニュースを見るのが毎日の日課となっております。

特にメジャーリーグは欠かさずチェックしております。最近では、大谷選手を始めダルビッシュ、マエケン、マー君と一気に4人の投手がDL（故障者リスト）入りが発表されてビックリしました(;_:)

その中でもこの春から大活躍の大谷選手が「右肘の内側側副靭帯損傷」でDL入りが話題となりました。

折角活躍していたのに…。とこちらが悔しがる以上に本人が一番悔しいですよ。

その右肘の内側側副靭帯損傷。損傷のグレードは2と言う事で部分損傷か部分断裂だそうです。

日本人投手は本当にメジャーに行くと肘を痛めてしまう方が多いです。

何故かと考えてみると、やはりマウンドの硬さやボールの違い、投球間隔の短さなどが挙げられます。

今回大谷選手は肘を手術するのではなく、『PRP療法』と呼ばれる多血小板血漿注射を行うとニュースが出ました。

マー君も行った注射です。

では、この『PRP療法』とは何なのか？

まず、自分の血液をとり、血小板を多く含んだ部分を抽出し、痛めた部分に注射をします。

血小板から傷ついた部分の修復を促進する成長因子が供給される事で、患部の治す働きが起きます。

この療法を行う事で手術をするよりも回復が早い為、完全断裂など必ず手術を行わないといけないような状態でなければこの『PRP療法』を選ぶ事が



あります。

この『PRP 療法』はスポーツ障害に限ったものではなく、変形性膝関節症などの疾患にも効果を発揮し、炎症などを抑制し症状を抑える働きがあります。自分の血液なので、副作用はないこの療法。手術の前に一度検討されるのもありかもしれませんね。

スポーツ選手だったら選手生命に関わるのでしっかりとケアをしようと思うのですが、スポーツ選手以外の方はケアをする事が日課となっていないので、どうしてもケアが後手後手に回ってしまいます (> <) そしてそれがちりも積もって体の負担となりの変形などに繋がっていきます。

大丈夫と思っていても意外と体は悲鳴を挙げているかもしれません。
(私の粉瘤のように…) 大丈夫なうちにしっかりとケアして下さいね♪

・頑張ってくれて有難う(;_:)

「浦安駅前整体院」の前身である「新浦安駅前整体院」からずっと文句も言わず一緒に働いてくれた『あいつ』が急にもう仕事は出来ないといい始めました。今まで辛い事があっても夜遅くなっても何も言わずに頑張ってくれていたのに、何で今？この時期に？そんな事を言うの？と思いました。

そりゃ 1 日中休憩も取らずに働かせた事もありました。

無理言って一度に大量の仕事させた事もありました。

それもこれも全て分かってくれていると思っていたのに、何で…。

でもこっぴどりの意見で『あいつ』が何も言わないのを良い事に甘えていたのかもしれない。

このニュースレターを書いている今も一生懸命働いてくれています。

『あいつ』には『あいつ』にしか出来ない仕事を任せているので『あいつ』がいなくなったら、私にはその仕事は出来ません。

だからこそ甘えていたのでしょうね…。

でも体がもうボロボロで動けないって言われたらもうどうしようもないですし、これ以上無理させる訳も行きませんので、仕方ないですが引退してもらう事にしました。これからはゆっくり休んでくれ！！

これからはお前の意志をついで『サブーン』に頑張ってもらいます！！

え！？何の話って？？

ずっと使っていた洗濯機が壊れたので買い替えた話です(笑)。

やっぱり 9 年半使っていると悪くなりますよね～。って言うか良くもそんなに長く持たなってしまう方が正しいのかもしれない^_^;

この 9 年半の内、排水のホースは何度も破れ床が水びだしになり、そのたびに修理して使いました。

そして今では軸が折れてます。それでも何とか最後の力で回してくれてます。

有難いです！！色々な物にも感謝の気持ちを込めてこれから更に仕事を頑張りたいと思います (*^_^*)

・編集後記

ワールドカップ皆さん見ておられますか？この記事は 6 月 3 0 日に書いております。1 戦目のコロンビア戦、2 戦目のセネガル戦共に日本は頑張りました！

普段 J リーグを見ている訳ではないのですが、やっぱりワールドカップの日本の活躍は気になってしまいますね！！セネガル戦は日曜日の夜 12 時スタートだったので月曜日睡魔と闘い仕事をしていた方は多いのではないのでしょうか？

大会前に監督が代わり、言われたい放題だった日本チーム。色々賛否ありますが、何はともあれ予選リーグ突破おめでとう！決勝リーグもファイト日本♪

そして、サッカーだけでなく今月は甲子園予選も始まります。今年は 100 回記念大会ですので、学校数が多い都道府県は 2 校出場が可能となります。

100 回と言う事は私の時、80 回の記念大会だったのでもう 20 年経ったという事になりますね～。

20 年と言うと月日は結構経っているのですが、野球への気持ちと私の精神年齢は全く変わっておりません。ずっと気持ちはあの時のままなのですが、見た目だけどんどん歳を重ねてきております！歳に負けずに今年はサッカーに野球にと楽しい夏にしたいですね～(^_^)-☆