

『ここだけの話』

2020/1 Vol.46 発行：浦安駅前整体院/鍼灸院 047-355-4265

・新年明けましておめでとうございます🍷

令和 2年🍷

となりました！

FROM



西念純一

2020年の幕開けです。

皆さまお正月はいかがでしたでしょうか？！

年末年始から実家に帰省された方、ご旅行に行かれた方、家でゴロゴロ過ごされた方、セールに奮闘された方、スキーやスノーボードに行かれた方など様々なお休みを過ごされたと思います。

そんなお休みも早々に終わりそろそろ今年も本格的に始動されたと思います。

2020年皆さん目標は立てましたか？

色々目標を持って過ごす今年がとっても充実するかもしれませんね。

ちなみに私は…今年色々頑張ろうと思っています。

プライベートではここ近年読めていなかった本を読む。

やっぱり本を読んでいた方が見聞が広がって良いですね。

久々に昔よく読んでいた東野圭吾さんの作品や今年再び放送する半沢シリーズを読み直してみても良いかもしれません。

仕事ではこれまで以上に突っ走っていくつもりです。

このニュースレターもそうですが、今まで外に発信するという事をあまりしていなかったので、

今年はガッツリとアウトプットをしていこうと思っています。

去年まではやろうと思っても後回ししてしまったりしたので今年はやろうと思ったら即行動を心掛け一年間頑張っていきたいと思います。

そして今年には待ちに待ったオリンピックイヤーです！！私も3回目の抽選でやっと「当選」を手に入れました。

当選した種目は「ソフトボール」。取れたのが予選の段階なので日本を拜めるか分かりませんが、おそらくもう生きている間には来ないオリンピックを生で観戦できるのは嬉しいものです(´▽`*)

これから日本はオリンピック一色になっていくと思いますので、それに乗り気持ちは入れていきたいと思っています。

・インソール本格始動(^^♪

さてさて今年『インソール』成形を本格的に始めます。

しかし未だにフランスの方から機材が確実に届く日程が決まっていないので、何ともソワソワしております。

そう考えると納期や日程などが正確な日本は本当に素晴らしいと思います。

オリンピックの会場も確実に間に合いますからね。海外ですとオリンピックが始まってはまだ工事している感じですね。

そして電車も正確です。ちょっと遅れるだけで大変申し訳ありませんって放送で流れます。いつも正確すぎるので少し遅れるだけで「あれ?!」何で来ないんだろう? って思ってしまう。

世界から見ると日本人は逆にキッチリすぎるのかもしれませんが。だから納期に間に合わせるために残業したりして体を壊してしまうのかもしれませんがね。

2020年はそのままで細かい事はキッチリ過ぎず、でもやる時はやるみたいな感じになると良いですね。

少し話はそれましたが、インソール機材が到着する予定は今月1月です。

そしたらバリバリ皆さんのインソールを成形するので楽しみにしてくださいね。

お試しに木内先生に2ヶ月以上インソールを履いてもらっているのですが、痛かった腰痛が改善しております。

バランスが取れてきた証拠なのでしょう(*^^*)v

仕事も骨格もバランスが大切という事です！！皆さん、今年はONとOFFをしっかりと分けメリハリをつける生活をしてはいかがでしょうか？

・お酒は飲んでも飲まれるな！！

皆さん、年末年始とお酒を飲む機会が増えているのではないのでしょうか？！

私も皆さんと同じくいつもよりお酒を飲む機会が増えております。

お酒が大好きな私は家で飲む分にはそうでもないのですが、外で飲む楽しいお酒ですどうしてもガバガバ飲みすぎてしまう傾向があります…(>_<)ここ近年は飲みすぎて次の日二日酔いって事が無いように気を付けていたのですが、徐々に年末の忘年会でやらかしてしまいました。

1 次会で行った南行徳にある広島お好み焼き「七福」さん。

このハイボールが良い意味で濃かった！！ 4～5 杯ハイボールを飲み、いつもいくと必ず頼む極太で中までほくほくのアスパラ焼きを食します。

お好み焼きも絶品なのですが、他の鉄板焼きや料理もどれも本当に美味しくいつもお腹いっぱい食べてしまいました。

1 次会で結構飲んで食べてしまったせいかその後の 2 次会は少しほろ酔い状態 & 満腹感で浦安橋たもとにあるグランドルというバーへ行く事になりました！！グランドルに着いた後はいつもの正露丸のようなウイスキーの「カリラ」を飲み、最近ハマっているカクテルを注文しました。

そこまでは普通だったのですが、そのバーに知り合いがいたので結局朝 3 時半くらいまで飲み続けてしまいました。

その結果次の日大丈夫と思いきや、あれ…何だか酔っぱらっているのか (> <) という状態になり、夕方までぐるぐると回っておりました。

木内先生は朝 9 時くらいに一瞬目が覚めてからまた寝て次に目が覚めたのが夜の 2 時だったそうです。

でもこれには理由があって、長谷川先生が自分で飲めなかったハイボールを木内先生に無理やり飲ませた『パワハラ』が原因だったので私は考えております(笑)。

そんなこんなで忘年会も無事？！に終了しました。

しかし、年末近くにそんな暴飲暴食があったのでニュースレターを書いている本日 1 2 月 2 5 日 (クリスマス🎄) も断食せざる追えない状態になりました<m(__)m>実は昨日 (クリスマスイブ🎄) も断食しました。

年末のそれもクリスマスに何をやっているのか自分でも笑えてきますけど、年末年始の暴飲暴食に向けて今から備えておかなければですからね。

年末年始で大分肥えてしまった～ってならない様に気を付けて下さい！！

3 k g オーバーの方は強制的に断食させますからね(^_-)-☆



・編集後記

今年初めてのニュースレター。これを書いているのは年末ですので、今年はどうな年になろうかなと新年を想像して書いております。

それにしても毎年の事なのですが、年末年始は色々物思いにふけります。

今年はこのことがあったあんなことがあった。来年はこの事やあんなことしたいな～なんて思います。

今年が節目の 40 歳になります。

28 歳の時にお店を始め気が付けばいい歳になりました(笑)。

最初は何もわからず勢いだけで始めて色々な壁にぶつかり、色々な方の協力の元何とか今まで続けていくことが出来ました。

整体だけのお店からスタートし始め、加圧トレーニングを導入し、鍼灸を始め、酸素カプセルを入れ、酵素ドリンクを用いたファスティングのコースを取り入れました。

そして今年インソール。自分の年齢と共にお店が成長してきた感があります。

浦安に移転してからご来院して頂いている方、新浦安の時からご来院頂いている方、都内の銀座や汐留で働いていた時からご来院頂いている方、遠方に引っ越してもそのままご来院して頂いている方、今まで一緒に働いてくれたスタッフなど本当に様々な人に支えられてやってこれたと感じております。

今年からは浦安で整体と言えば浦安駅前整体院ではなく、浦安で体の事を相談するなら浦安駅前整体院と言われるお店をこれから作っていきます。

友人や知り合いにあのお店行って良いなって思ってもらえるお店を目指し、更なる飛躍をしていきます。

今年も浦安駅前整体院を宜しくお願い致します！！