



あなたの氣・血・水のめぐりが良くなれば必ずあなたの体はよくなります



よい脈づくりに こだわる はり灸院

悠々堂 まき鍼灸院(肩こり・頭痛・アトピー専門)

TEL 072-629-1665 携帯メールアドレス youyoudou2007@ezweb.ne.jp



新しい年度が始まりました！！

毎年、四月になると桜が咲き、あっという間に散っていきます。短いだけに目に鮮やかなピンクと絵のような花吹雪が心の残りますね。年々そのように思うのは私だけでしょうか？

さて、体について言いますと、漢方的に内に持っていたものが外に出よう出ようとしてきます。ですから、冬にどのような生活をしてきたかによって、春に出てくる症状が違ってきます。季節の変わり目に体調を崩すことが多いですが、その前の季節にしてきたことが影響しています。次の季節のためにも、今の養生を心がけてみてください。その一つとしてお灸をお勧めします。

【今月のツボ】太衝(たいしょう)

春は肝が旺盛になる時です。このツボで調整してみてください。
場所は、足の親指と人さし指の間をなでていき、指が止まる場所。
吐き気・おう吐、胃痛、イライラ、ストレスによる過食、月経痛などに効きます。

細い骨と骨の間にあるので、親指 1

本で刺激します。親指の腹をツボに当て、軽く押しながらゆっくりまわします。3~5回行いましょう。眠気を覚ます効果もあるので、仕事や勉強を頑張らなくてはいけな



い時にも勧めのツボです

【今月の患者様のお声】アトピーの患者様のピフォーアフター(二か月後)



(当院に来られた決めては?)

病気を治すだけでなく体質改善など病気を予防する視点で見た時良い選択だと思った

(通院されていかがですか?)

アトピーは改善してきた。自分なりに生活習慣を見直しをしたが鍼灸でより身体が良好であるのを感じる



【今月の写真】

先月は私の誕生日でした。家族で食事に行った時の写真です。お祝

いされるのは何歳になっても嬉しいものです

【今月のダジャレ】

○内またを打ちました！！

○あなたの乗っていた船は遭難したんですか？

そうなんです。(NHKの番組より)

○シリコン入れたら、私、離婚

(わたし、りこん)