

営業日のご案内

相談は原則として金・土・日
ご来店は、必ずご予約をお願いします

下條整形…下條整形外科(下妻市)への出張日
無料相談…会員外の方のための無料相談日

- * 8月25日(火)、9月29日(火)、10月27日(火)は、出張のためお休みです。
- * 9月25日(金)～28(月)は、夏休みです。

2009年7月

July

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1 定休日	2 定休日	3	4
5	6	7 下條整形	8 定休日	9 定休日	10 無料相談	11
12	13	14	15 定休日	16 定休日	17	18
19	20	21 下條整形	22 定休日	23 定休日	24	25
26	27	28	29 定休日	30 定休日	31	

10日 無料相談日 7・21日 下條整形

2009年8月

August

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						1
2	3	4 下條整形	5 定休日	6 定休日	7	8
9 無料相談	10	11	12 定休日	13 定休日	14	15
16	17	18 下條整形	19 定休日	20 定休日	21	22
23	24	25 臨時休業	26 定休日	27 定休日	28	29
30	31			9日 無料相談日		4・18日 下條整形

2009年9月

September

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 下條整形	2 定休日	3 定休日	4	5
6	7	8	9 定休日	10 定休日	11	12
13 無料相談	14	15 下條整形	16 定休日	17 定休日	18	19
20	21	22	23 定休日	24 定休日	25 夏休み	26 夏休み
27 夏休み	28 夏休み	29 臨時休業	30 定休日	13日 無料相談日		1・15日 下條整形

2009年10月

October

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1 定休日	2	3
4	5	6 下條整形	7 定休日	8 定休日	9	10 無料相談
11	12	13	14 定休日	15 定休日	16	17
18	19	20 下條整形	21 定休日	22 定休日	23	24
25	26	27 臨時休業	28 定休日	29 定休日	30	31

10日 無料相談日 6・20日 下條整形

貴輪堂の 養生訓

貴輪堂主宰・飛山貴子先生からの
健康アドバイス

老化について -1-



今回から3回にわたり、「老化について」日ごろ鍼灸治療をしていて気づいたことなどを書いていきたいと思ひます。第1回は老化の進み方についてお話しします。いきなりですが質問です。

老化は坂道を下るように徐々に進行すると思ひますか？

それとも階段を下りるように、ある時点で急激に進行すると思ひますか？

老化については、なんとなく坂道を下るように徐々に進むイメージをもっている方が多く、私自身もこの仕事に係わる前はそう思っていました。

私がまだ見習いのころ、80歳台のベテランの鍼灸師に同じ質問をされたことがありました。私が、老化は徐々に進行すると思ひますと答えると、ベテラン先生は「違うんだよ。老化はある時突然進むんだよ。階段下りるみたいだね。」とおっしゃいました。

その時はそれほど気にもとめませんでした。その後、私自身、年齢を重ねる身体に変化があらわれるようになり、また様々な患者さんの体調の変化を診るようになって、初めてベテラン鍼灸師に言われたあの一言を実感するようになりました。

ご自分の人生をちょっと振り返って体調の変化があった時を思い出してみてください。「子供を産んで2、3年してから疲れやすくなった」「40歳の時、仕事で体調を崩して入院した」「50～53歳はずっと調子が悪かった」「60歳過ぎて血圧が高くなった」など、比較的明確に変化のあった年が言えるのではないのでしょうか。

体調の変化があった時が階段を下りた時、つまり老化が進んだ時なのです。

老化は急激に進むと聞いてショックを受けた方もいらっしゃるかと思ひます。しかし階段には段差の部分と平坦な部分があります。ずっと下りっぱなしではないのです。

実際、過去に体調の変化があった患者さんに、今も体調は悪化していますかと質問すると、「いや具合が悪かったのはその年だけだった」「2～3年はすごく調子が悪かったけど今は落ち着いている」「薬を飲み始めて今は安定している」との答えが返ってきます。

この「ずっと下りっぱなしではない」というのが大事なポイントなのです。

何のポイントかと言うことについては第3回でお話しするとして、今回は、老化は階段を下りるようにある時急激に進みしばらくすると落ち着く、ということを感じておいていただきたいと思ひます。

今回は、「老化は不規則に進む」と題してお話ししたいと思ひます。

▼七月の営業日が分からない！とお叱りの電話を頂き、恐縮しています。六月中旬にはこのニュースをお届けする予定でしたが、雑事に追われているうちに月末になってしまひ、迷惑をおかけしています▼気がつくと、今紹介させていただきますように、AMSTWの新製品がすでに二〇種類近くに、それぞれの色違い等を合わせると五〇種類を超すような状態に、改めて驚いた次第です。準備期間が長かつたとはいへ、生産開始一年足らずの間に、面倒な作業を疎まらず、ここまで漕ぎ着けて下さった、生産にかかわっておられる皆さんには、本当に感謝、感謝です。今も、様々な症状の方たちに対応できるように、多様な機能の新製品を次々に試作して下さっていますので、ご期待下さい▼福岡で開始された「足と靴の技術者養成事業」が、着実に前進しています。県立大学の養成講座を修了した方たちが、田川と大牟田の「足と靴の相談室」で、日々多くの足の悩みに応えながら、研鑽を積まれています。先日には、技術者養成の裾野を広げる企画として、「足の健康講座」が県立大学のリカレント公開講座として行なわれ、大変好評でした。今後の広がりが楽しみです◎