

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

* 1月1日(金)~4日(月)は、冬休みです。

* 1月26日(火)、2月23日(火)は、出張のためお休みです。

貴輪堂の養生訓

貴輪堂主宰・飛山貴子先生からの
(鍼灸師) 健康アドバイス

老化について -2-



老化について全3回でお話ししています。第1回は「老化の進み方」で、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、というお話をしました。

今回は老化の階段とはどのような階段なのか、お話ししたいと思います。

階段といっても、建物や施設にあるような先の見える真っ直ぐな規則正しい段差が連なった階段があれば、自然の石を利用した山道の曲がりくねった不規則な段差が連なった階段など様々です。

老化の階段とは、1つ1つの段差が不規則で先の見えにくい、くねくねと曲がった階段だと思ってください。低い段差が現れたかと思うと足が届かないくらいの段差が現れたり、平らな部分がずっと続いたかと思うとつま先がかけられるくらいしか平らな部分がなかったり、そんな階段です。

具体的に3名の方を挙げて説明します。

・Aさん男性・・・40歳のときに大腸ポリープが発見され切除。その後は風邪ひとつ引かず元気に仕事をしていましたが、60歳定年目前で血便が出て検査したところ、大腸がんであることが判明。

・Bさん女性・・・30歳すぎからめまいに襲われるようになり、40歳くらいには動悸も起こるようになったが、薬の服用を続け50歳の現在は落ち着いている。

・Cさん女性・・・若いころから胃腸が虚弱で季節の変わり目には体調を崩しやすいものの、これまで入院するような大病はしたこともなく薬も飲んでいない。

ここでは体調の変化=老化と捉えてください。例に挙げた3人は体調の変化が現れる時期も程度も全く違いますね。

Aさんは40歳から60歳までの20年間は何も現れませんでしたでしたが60歳で凄い段差が現れました。Bさんは30歳から40歳でやや段差の大きな階段を何段か下り50歳の今は平らな部分を移行中といったところでしょうか。Cさんは若いころから小さな段差をちょこちょこ下りている感じかと思えます。

老化は不規則に進みます。5年おき10年おきと規則正しく進むのではなく、季節ごとに進む方もいれば、1年後の次は10年後だったり和不規則にやってくる、変化の幅も、ちょっと休めば治るものであったり、長い養生が必要であったり様々だということを覚えておいてください。

今回は、「老化とどう付き合うか」です。

▼パンプスの最後の調整が手間取っています。パンプスの新しいフィットは、非常に完成度が高く、検証も終り、装着するパンプスが待てるのを待つばかりですが、入れ物の方が随分遅れてしまいました。機能性のみで開発してきたメディカル対応の靴とは違って、少なくとも、「これなら〇〇履いて行ける」という女性のニーズに叶ったデザインでない、わざわざパンプスを作る意味がありませんので、機能性を落とさずに満足頂けるデザインに仕上げる難しさに、予想以上の時間がかかりました▼エルデの靴は、疾患、障得への対処を一義的に考慮していますので、特殊な機能性のために人工素材が適していることも多く、素材、製法をエロジカルな基準だけで徹底させるわけにはいきませんが、革に関しては、何とかクロムの入らない伝統的鞣しのものを使いたいと考えていました。このほど、100%植物タンニン鞣しが可能な国内業者から革の提供を受けることができるようになり、AMSTWの靴に使い始めました▼靴のケア用品については、GEOの靴がなくなつてからは、特に積極的にタピールをお勧めしていませんでしたが、これからは、状況が変わりそうです。植物タンニン鞣しの革を傷めないためにも、タピールのケア用品をぜひお使い下さい④

2009年11月 November

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 定休日	5 定休日	6	7
8 無料相談	9	10 下條整形	11 定休日	12 定休日	13	14
15	16	17	18 定休日	19 定休日	20	21
22	23	24 下條整形	25 定休日	26 定休日	27	28
29	30	8日 無料相談日 10・24日 下條整形				

2009年12月 December

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

12日 無料相談日 8・22日 下條整形

2010年1月 January

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

2010年2月 February

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