

A

が2つ以上

症状の変化が激しく、ストレスが精神状態と頭部にしやすい、気逆(きぎやく)というタイプかも。

自律神経の振れ幅が大きいため、日常生活で心身ともにストレスを受けやすいものの、そのことに気が付きにくいという特徴があります。自律神経の振れ幅を小さくし、上半身にこもった疲れを下に流していくことがお勧めです。

お勧めコース

感情の起伏を小さくしていきたいとご希望の方→自律神経の振れ幅を小さくしていく「漢方アロマ70」がお勧め
上半身の症状軽減をご希望の方→肩こりや頭痛に効果的なツボを使った「顔筋リフトアップ40」がお勧め

B

が2つ以上

全身のだるさ、肩～腰が広範囲にこるなど、全身症状が出やすい、気滞(きたい)というタイプかも。

ストレス発散が苦手、肩が内側に入った猫背気味。深く正しい呼吸が苦手という特徴があります。体の芯にこもった冷えや疲労を外側に発散させ、肩甲骨を開いて自然に胸を開いた姿勢を維持できるようにしていくことがお勧めです。

お勧めコース

冷え性の自覚がある方→、ストレスから弱ってしまった内臓を遠赤外線です温めて内臓の疲れを軽くしていく「温石半身60」がお勧め
根本的にコリとさよならしたい方→体幹のしつこいコリをほぐしながら正しい筋骨格の位置に整えていく「姿勢改善60」がお勧め

C

が2つ以上

慢性的に疲労感があり、運動をするとかえって体調を崩してしまいがちな、気虚(ききょ)というタイプかも。
心身を活発にする交感神経の働きが鈍く、ストレスを受けやすく、落ち込みやすいという特徴があります。自律神経測定で、特に動きが悪くなってしまっている箇所を特定し、集中的に温めてエネルギーを補っていくことがお勧めです。

お勧めコース

疲労感が強く身体を動かすのがおっくうな方→エネルギーを補うツボと腹筋・背筋強化を同時に行う「ビューティ90」がお勧め
身体の痛みやだるさがとにかくストレス!という方→身体を正しい筋骨格の位置に整えていく「姿勢改善60」がお勧め

D

が2つ以上

血の量や質が足りない、皮膚の乾燥や胃腸虚弱になりやすい、血虚(けっきょ)というタイプかも。

身体の隅々にまで血が届かず、潤い不足で皮膚がザラついたり貧血になりやすいという特徴があります。造血作用が強い食材を積極的に取り入れて、胃腸を強化し、良質の血をたくさん作れるようにしていくことがお勧めです。

お勧めコース

月経血の量が少ない、不妊など婦人科系の症状をなんとかしたい方→冷え解消とホルモンバランスを調整していく「温石半身60」がお勧め
皮膚、髪の毛、肌の乾燥をなんとかしたい方→「ビューティ120」
肩こり、腰痛等の重だるさをなんとかしたい方→「漢方アロマ120」

E

が2つ以上

身体の熱や老廃物を上手に排出できず、熱がこもって血がドロドロになる、瘀血(おけつ)というタイプかも。

血流が悪く、足は冷えるのに頭は逆上せる等、正反対の症状が同時に起きやすく、単に温めたり冷やしても改善しにくいという特徴があります。血流と排熱を改善する食材の摂取、身体の内側と外側、末端と中央の温度差の解消がお勧めです。

お勧めコース

しつこい冷え逆上せや、便秘と下痢などの正反対の症状改善をご希望の方→自律神経調整と老廃物排出を促す「サラサラ90」がお勧め
顔色・化粧のり、眼精疲労改善をご希望の方→「眼精疲労30」
しつこい吹出物を身体の内側からなんとかしたい方→「サラサラ60」

F

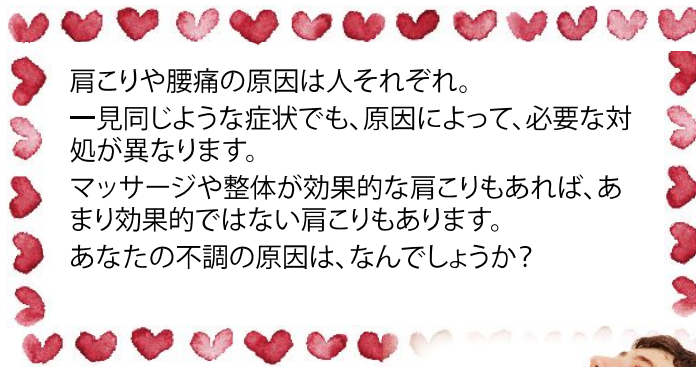
が2つ以上

体内の水分の流れ、排出が悪く、局所的に水が滞ったり不足したりする、水毒(すいどく)というタイプかも。

気圧の変化で体調を崩したり、アレルギー鼻炎、むくみが起りやすいという特徴があります。水分の取り過ぎを避け、利水作用が強い食材を摂取し、排出機能(腎経、脾経、膀胱経等)の冷えの解消や強化、リンパの流れの解消がお勧めです。

お勧めコース

天気左右されるのは嫌!体質改善していきたいという方→不調解消ストレッチも学べる「骨盤矯正40」で骨格を整えながら、低下している機能(経)の流れを「漢方アロマ」で改善していくことがお勧め
顔のむくみを解消して小顔になりたい方→「顔筋リフトアップ40」



肩こりや腰痛の原因は人それぞれ。
一見同じような症状でも、原因によって、必要な対処が異なります。
マッサージや整体が効果的な肩こりもあれば、あまり効果的ではない肩こりもあります。
あなたの不調の原因は、なんでしょうか？

本チェックリストは簡易版です。ご来院いただいた際には、自律神経測定やからだの歪み測定、完全版によるチェックをさせていただき、再度、東洋医学的観点から体質(証と言います)をご確認させていただきます。

ご来院時の各種測定結果は、簡易版のチェック結果と異なる可能性があります。

本チェックリストは、診断を目的としたチェックリストではありません。診断、病名の確定、推測などにはご利用にならないください。

お電話・電子メールなどによる、チェック結果に対するアドバイスには対応しておりません。ご了承ください。



- A. 治療院でリフトアップ?
Q. たるみは、顔や頭蓋の**コリ**や**筋力不足**、**胃腸虚弱**による**筋肉の質の低下**が主な原因です。そのため、顎関節症や顔面神経麻痺・ドライアイ、胃腸虚弱の治療施術が応用できます。
顔周辺は、50以上の小さな筋肉が複雑に絡まっています。個別の**筋肉の触診には熟練**が必要。
わたし達は**筋骨格の専門医療機関**。当院の「顔筋リフトアップコース」は、リフトアップやむくみ解消による小顔だけではなく、たるみ・むくみの根本原因である筋力や胃腸の強化、頭痛解消にもアプローチしています。



問診室・施術室ともに完全個室、シャワー・洗面・着替え完備

- A. 骨盤矯正や姿勢改善ってボキボキですか?
Q. 日常の**動作や姿勢の悪い癖**や怪我などで、筋肉が固くなり、筋肉や関節の動く範囲が狭くなると、姿勢・筋骨格がゆがんでいきます。
狭くなった**関節・筋肉の可動域**を広げなければ、正しい姿勢を維持したり、正しく歩くことはできません。当院の「骨盤矯正」では、**筋骨格を支えるインナーマッスルに直接刺激**を加え、ゆるんだり固まったりしている骨盤・肩甲骨周辺の関節・筋筋膜をじんわりとほぐし、可動域を広げてます(**ボキボキはしません**)。その上で、筋骨格を正しい位置に保つための、テーピング・動作/姿勢指導、セルフケアを指導します。
元々は、**腰痛・肩こり解消**のためのコースですが、骨盤・肩甲骨周辺の可動域が広がり、正しい位置になることによる、**ヒップアップ**、**猫背解消**等の美容目的で来院されている方もいます。

当院は医療機関です。施術費用は医療控除の対象となります。また、交通事故による自賠責や労働災害も対応することができます。

