



梅雨に負けない身体づくり



梅雨の時期になると何だか体調がスッキリしませんよね。それは、自律神経の乱れからきているそうです。梅雨時期は、低気圧が続いたり、気温の急激な変化、高い湿度、日照不足がその原因と考えられます。この時期冷たい物についつい手が伸びてしまいがちですが、冷やしすぎるのは良くありません。葱や生姜、ごぼう、人参、レンコン等の根野菜。卵、赤身肉、チーズ、魚介類は身体を温めます。しかし、夏野菜も旬を迎えます。身体は冷やしてしまいがちですが、利尿作用があるので浮腫み防止に適度に食すと良いかもしれません。また、エアコンを上手に使い質の良い睡眠をとり、雨の日は自宅でストレッチをしましょう。晴れた日は、積極的に太陽光を浴び、体調を整えて元気に梅雨を乗り切りましょう。



開設 19 年



東海医療学園総合臨床センターは、平成 11 年に熱海第一ビル 4 階に「東海医療学園附属施術所」としてスタートしました。平成 19 年に熱海第一ビル 2 階に移転した際に現在の「東海医療学園総合臨床センター」に改名しました。今年で開設 19 年目になります。

熱海第一ビル4階時代と比べますとスタッフの数も利用して下さる患者様の数も随分と増えました。現在、施術スタッフは総勢 15 名になります。そのほとんどが、東海医療学園を卒業し、当センターの臨床研修コースで勉強した先生たちです。

当センターは、地域の皆様の健康保持増進、悩める症状を解決するための施術のみでなく、優秀な鍼灸あん摩マッサージ指圧師を養成するための機関としての役割も担っております。また、今年から鍼灸あん摩マッサージ指圧師を養成する専門学校のカリキュラムが編成され、学生の臨床現場に接する時間が増えることになりました。これに伴い、当センター内で学生の出入りが多くなるかと思いますが、見かけた際は温かい目で見守っていただけると幸いです。



今後も、当センターをご利用して下さる皆様のために、鋭意邁進していきますので、ご愛顧のほど、宜しくお願い致します。

太田 一郎

—おしらせ—

☆臨床センター☆

全日本鍼灸学会の為、誠に勝手ながら **6月2日(土)** を休診とさせていただきます。

☆前田先生☆

国体予選に選手帯同のため、**6月23日(土)・30日(土)** を休診とさせていただきます。

ご理解の程、よろしくお願い致します。

【6月休診日】

2日(鍼灸学会)、
3日、10日、
17日、24日



太田 一郎 (おおた いちろう)

出身地：大阪府

はり・灸・あん摩・マッサージ指圧師

