

九死に一生の交通事故から丸2年 温熱で蘇った左膝蓋骨折

温熱体験談

令和3年11月16日夕方、外出先から自転車で帰宅途中に家の近所で、軽トラックに衝突される交通事故に会い救急車で、さいたま赤十字病院に搬送され入院しました。頭を強く打ち、左膝損傷、ギブスで動けず、頭を動かすと、天上はグルグル廻り大変でした。家に電話をしてすぐに温熱器を届けてもらい、まこ先生に電話で御指導を受けながら、暇に任せて、手の届く所は全細胞を一新するつもりで注熱していきました。主治医も驚くスピードで回復し、3週間で退院。その後は、リハビリと、眼科等、何ヶ所か通院し、その間に膝に入っていた、ワイヤーを抜く手術を受けました。毎日、温熱は欠かさず当てていました。リハビリの先生もビックリするくらいのスピードで回復し、半年後に参加した温熱の勉強会で温熱を受けた直後には、無意識に正座をしていて驚きました。頭は、MRI検査の結果きれいだと診断され、めまいも無く、これも温熱のお陰でしょうか。頭を強く打った為、目の視神経損傷との診断を受け、左右の距離感が違う後遺症が残っていますが、お天気の良い時は散歩したり、買い物したり、友達とランチ、遠出は無理ですが、普通の日常生活を送っています。温熱に出会って本当に良かった、感謝でいっぱいです。これからは、この体験を生かして、息子が自宅に作ってくれた施療部屋で、温熱と楽健法で身体のつらい方のお役に立てたら嬉しいです。

温熱療法師 深澤利江

Changyama & Everyday Runningman

温熱通信をご覧のみなさま こんにちは、ダンサーのチャンヤマです♪
だいぶ寒くなってきましたが、皆様お元気でしょうか？ こんな時期こそしっかり身体を動かして代謝をあげていきましょう！
私事になりますが、最近は地方にレッスンで呼んでいただく機会があり、全国津々浦々駆け巡っております。10月には松山にてダンススタジオさんでレッスンさせて頂き、幼稚園や、高齢者さんのグループホーム施設でもレッスンさせて頂き、とても勉強になる事ばかりで、素晴らしい出会いに感謝しております。
全国どここの施設でもレッスンしに行きますのでご興味ある方は是非ご連絡くださいね♪一緒にいい汗かきましょう！
今回は松山のグループホームさんでやらせて頂いた、座ったままでも出来る体操ダンスをみなさんにも踊って頂こうと思います。レッスン当日は座ったままでも汗をかいたと多くの方が仰っていて、とても印象的でした。みなさんも好きな音楽（ゆっくり目の曲が好ましい）に合わせてやってみて下さいね♪それでは、スタート～！



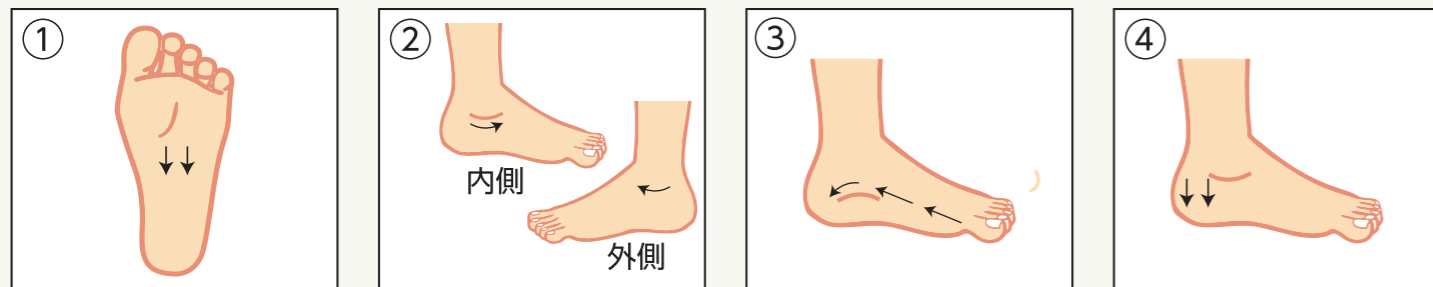
①～⑫繰り返し

リフレクソロジー入門 No.3

今回は、腰痛です
まずは、セルフケア(温熱通信No.22)を行った後に、やってみましょう。
①親指と人さし指の下辺り(湧泉)をもみましょう。
②踝(くるぶし)の下をもみましょう。
③母趾側(足の内側)を骨に沿ってもみましょう。
④踵をまんべんなくもみましょう。
※両足を満遍なく揉みましょう。

次回は膝痛です。

【指導者プロフィール】
小西厚子 2006年 若石健康法プロ取得
吉本佳江 2011年 若石健康法プロ取得



つながる古民家隠居屋

毎月いずれかの土曜日に、温熱・足つぼ・楽健法の体験が出来るサロンを開いています。のぞきに来てみませんか？
電車:JR常磐線 北松戸駅から徒歩11分 / 松戸駅から徒歩18分
松戸駅からバスに乗車「花島」下車、徒歩2分
車:近隣のコインパーキングをご利用ください

体験もどうぞ
お待ちしております。

足つぼ 30分 ¥3,000
温熱療法 30分 ¥3,000
セット 60分 ¥5,000



お問い合わせ yoipu.emn0406@gmail.com (吉本) 隠居屋Instagram

【CHANGYAMA プロフィール】

ファッションとカルチャー、そしてダンスを融合させた、ANDRE、KEEPER、CHANGYAMA、KANES THE MOON、LEEGET、EXILE KEIJIの6人からなる次世代を代表する神出鬼没のダンス集団"BIGDOGSS"。メンバーそれぞれがダンサーとしての活動だけでなく、アーティストやグラフィックデザイナー、DJ、フォトグラファーとして活躍している。独自の目線でカルチャーを捉えた Show Case は必見! HIP HOP を軸に " マチガイナイ " パフォーマンスでフロアをロックし続けている。



Instagram



【活動内容】

■DJ spinbad フロントアクト ■2010 FUJI ROCK FESTIVAL ! Roc Trax Dancers DEXPISTOLS 『NEW JACK HOUSE』 PV 出演 ■m-flo TOUR 2012 "SQUARE ONE" BIGDOGSS でゲスト出演。■清水翔太 naturally tour 2012 参加 ■NIKE Gunyari at 六本木ヒルズ 出演 G-shock 『Real Toughness』東京ドームシティ出演 ■日本テレビ系情報番組『スッキリ』出演 (木梨憲武ダンサーズとして) ■朝日テレビ系列『ミュージックステーション』出演 ■木梨憲武 - 『GG STAND UP!! feat. 松本孝弘』 Music Video 出演その他、氣志團万博などのフェスや Live など多数出演
また、伝説のダンサー BOBBY 率いる J.S.B. Underground の一員としても都内を中心に精力的に活動しています。SWAGGER、MADHECTIC、Reserved note、STUSSY、NIKE などのモデル。テレビ東京系番組 "DANCE@HERO" に出演。2015/10/10 に念願の "BIGDOGSS メンバー自身" のセレクトショップ 『Blue corner』を洗足に Open させる。2017年5月に店舗を原宿に移転。2019年末にクローズ。2018年から2022年 expg STUDIO TOKYO に在籍し育成のノウハウを学ぶ。世界初ダンスプロリーグ、D league の SEGASAMMY LUX のマネジメント、育成にも尽力する。