

## 姿勢の矯正を通して身体のコンディションを整えるサポートをしています。 まつさか整骨院 院長 濱口です。



三重高校女子サッカー部、  
ヴェルデラッソ松阪の  
トレーナーとして活動。

まつさか整骨院 院長 濱口哲治



最近はずいぶん暖かくなってきて、だんだんと春らしくなってきましたね。こういう季節の変わり目は、日によって寒暖差が激しく、痛みや疲れが出やすくなりますので、体調管理には十分お気を付けくださいね。

今回は、「なぜ痛みが起こるのか？」とその根本的な原因、そして当院での施術法と整形外科や他の整骨院との違いについてお話をさせていただきます。

まず、痛みの原因についてです。痛みは様々な要因で起こりますが、その中でも一般的なものは筋肉の硬直から起こる場合があります。筋肉は動かさないことや過度の使用によって硬くなります。この硬直の原因は、筋肉を適切に動かさないことや、過度の負荷によって乳酸が蓄積し、血液中の酸素供給が不足することで血行が悪化し、筋肉が硬直して痛みを引き起こします。この状態が長く続くと、血行不良が悪化し、悪循環が生じます。

また、この硬直の原因の一つには「骨格の歪み」が関係しています。例えば、デスクワークや家事などで長時間同じ姿勢を続けると、肩が内側に入り、背中が丸くなり、骨格が歪むことがあります。骨格が歪むと筋肉が常に引っ張られた状態になり、緊張が高まり、硬直しやすくなります。当院では、患者様の症状を詳しくお聞きし、姿勢分析を行い、個々に適した施術を提案しています。

次に、当院での施術法と整形外科や他の整骨院との違いについてお話しします。整形外科では画像診断を行いますが、筋肉や骨格に対する施術はほとんど行われず、「しばらく様子を見ましょう」ということがよくあります。

また、説明も専門用語が多く理解しづらいこともあります。当院では、患者様の状態や必要な施術について、専門用語

を避けてわかりやすく説明し、患者様と共に治療計画を立てています。また、他の整骨院やリラクゼーションのマッサージでは筋肉の固さに対処することはできませんが、骨格の歪みに対する施術はまだ少ないです。

当院では、筋肉の痛みに加えて骨盤矯正や姿勢矯正などの施術を行い、根本的な原因にアプローチしています。

また、骨格の歪みが引き起こすインナーマッスルの筋力低下に対しても特殊な電気刺激によるトレーニングを行い、根本的な痛みの予防に努めています。お体の痛みや不調が気になる場合は、お気軽にご相談ください。

このように、当院ではただ痛みを改善するだけではなく、根本原因を解消して日々の健康をサポートさせて頂いています。

毎月、東京で行われている研修に参加して、治療技術や健康につながる体操などについての最新情報を学んできています。

そして、院長自身が実践して効果を実証できたものを患者さんにお伝えさせて頂いています。

まつさか整骨院 院長 濱口哲治を、今後ともよろしくお願ひします。