

ニュースレター

～2013～

2013年
12月

大田整骨院

阿久根院便り



～NO13～



県高校駅伝大会

県大会で3区を走る坂本君



鹿児島実業1位！ 鶴翔高校2位！



先月1日、第64回鹿児島県高校駅伝が、指宿陸上競技場をスタートとし開催されました。鹿児島院に現在来院中の鹿児島実業高校3年片平啓史郎くんは、7区を区間賞を録るタイムで走りゴールしました。今年の夏まで来院されていた鹿児島実業2年の藤崎真伍君は2区で2位の記録。また、鶴翔本大志君は、3区で区間新記録！を出す走りでした。また以前走っていた西君、永山君、安藤君、榎君たちも、それぞれ好記録で活躍されました。



↑
県大会第1中継所、
西君から藤崎君へ



→
九州大会で、
6区片平君から
7区アンカー藤崎君へ

鶴翔高校6位入賞！

↑
県大会でゴールを
する片平君



九州高校駅伝 鹿児島実業3位！ →

11月16日には、男子第66回、女子第25回全九州高校駅伝が指宿市営陸上競技場を発着点とする特設周回コースがありました。女子は神村学園が1位、鹿児島女子高校が2位。男子は、鹿児島実業が大牟田高校と小林高校と最後まで首位争いをしましたが、トップと4秒差で3位でした。鶴翔高校は、スタートの坂本君が首位と5秒差の4位でたすきリレー、県大会のタイムを2分以上縮める好タイムで入賞を果たしました。6区を走った鹿実の片平君は、夏の頃までは故障が多く思うように走れなかつたそうですが、今回4位でタスキを受けた後は、「見える選手はすべて抜く」という意気込みで走り、一時はトップになるという快挙でした。鹿児島実業の監督さんが、今年は全国大会でも上位入賞がねらえるメンバーだとコメントされているそうです。全国大会には院長も応援に行くとのこと。テレビ放映もNHKでありますので、みなさんぜひ一緒に応援しましょう！！

全国高校駅伝 12/22(日) 京都・都大路 にて

スタッフのおすすめ温

ゆかいた温泉

つれづれの湯

Tel274-5905

大人￥500 子ども￥300
10時～22時 (水・休)



東市来町湯田4256

*湯之元駅前右折、踏切を渡ってしばらく行き、左方向の道へ。右側にあります。

阿久根院の桑木野先生おすすめの温泉、湯之元のつれづれの湯。先生曰く、黒川温泉にも負けないくらいかも…。無色透明、少し硫黄の香りがするお湯で、「木のお風呂」と「石のお風呂」が男女1週間ごとに交代で入れること。庭も温泉も風情があってとてもいい感じ！蒸気サウナは90°近くの源泉を利用してあるので、熱い…らしい。ビー横の休憩室ではお茶、コーヒーの無料サービスもあるとか。ぜひ、行ってみてください。





変形性膝関節症について



変形性膝関節症の発生の原因は、膝を支える筋肉が劣化し、衰えた状態になることがあります。筋肉が衰えた状態とは、筋代謝が低い状態、つまり筋肉のエネルギー効率が悪いということです。衰えた筋肉によって支えられた膝の関節には、必要以上に加重と衝撃がかかります。筋肉によって支えられないで、骨に負担がかかるのです。この加重と衝撃が、膝の関節に負担をかけて増骨機能を向上させてしまい、膝の軟骨がすり減り関節軸がずれてきて骨棘が形成され、変形性膝関節症へと進んでいきます。そこで、施す治療の目的は、ずれてしまった関節軸を整え、同時に衰えてしまった筋肉をしっかりとさせて、筋肉のエネルギー効率を向上させ代謝能力を高めてやることです。膝の軸はすぐにあっても、衰えた筋肉の代謝能力の向上のために、何回かの治療が必要になってくると思います。～院長～



有村先生・撮影



くまもん！何ができる？

好評だった『ながしま造形美術展』

先月開催された、長島での屋外美術展。アマチュアが作ったと思えない作品の出来栄えに驚き！！2回行かれた方もいらっしゃったらしいです。土日ともなると、滅多に(ほとんど？)渋滞しない長島の道が混んでた！とか。次の開催は再来年ですが、今回訪れるチャンスがなかった方はぜひ次回行かれてみてくださいね。

巨大たこ！



*おすすめDVD・絵本



子どもさん、お孫さんと一緒にいかがですか？

スノイギアヌの絵本作家、レイモンド・ブリッグズの文字のない絵本。男の子が目を覚ますと外は一面の雪。みかんで鼻を炭は目、マフラーと帽子でスノーマン(雪だるま)を作ります。また目を覚ますと、動きだしたスノーマンを喜んで家に招待し、一緒に過ごします。食事を終えると、スノーマンは男の子を連れて雪の夜空へ。楽しい時間はあつという間に過ぎ、朝になるとスノーマンとのお別れが待っているのでした。映像化したアニメ

ーションの方は、とても素敵な音楽とともに物語が流れていきます。二人で空を飛ぶシーンはほんとうにおすすめ。大人になった方にもぜひ観ていただきたい作品です。

～鹿児島院スタッフ江口～



年末・年始のお知らせ

*12月は30日(月)まで

*1月は4日(土)から治療いたします。

お休み

12月31日

1月1・2・3日



皆様、よいお年をお迎えください。来年もよろしくお願ひいたします。

～発行～

大田整骨院 阿久根院

阿久根市琴平町49

予約Telは 0996-73-3391

ホームページ www.ota-seikotuin.com/

