

2026年
1月

ニュースレター

～NO126～

大田整骨院



新年おめでとうございます。大田整骨院は、今年4月で34年を迎えます、昨年末、大阪の整形外科勤務時代に一緒に働いていた先輩二人から、65歳と70歳になったので閉院するという連絡をもらい、自分自身の残りの治療家人生、どのように過ごすのか考える機会を得ました。この34年、患者様の痛みを少しでも早く治し効果を高めるためにセミナーに通い若い先生たちを育て多くの人のお役に立てたのではなかろうかと思えます。これからも現状に満足せず大田整骨院がますます成長できるように頑張っていこうと思います。今年もよろしくお願いいたします。

～大田整骨院 院長～大田 久志～



★～先生方に聞きました。おすすめ・好きなものなんでもおしえてください～★



阿久根院～
副院長～福浦

今年は、入社して10年目に突入します。資格を取り、この業界に入り、院長をはじめ、様々な先生方と出会い、院内勉強会やセミナーに参加してインプットをたくさんして、少しでも患者様の痛みを軽減できるように、技術力の向上知識量の増加に努めてきました。今後も更なる進化が出来るようにインプットを増やすのはもちろん、アウトプットをもっと増やし少しでも多くの患者様の身体の悩みの改善につなぐことができるよう頑張ります。僕のおすすめは

ランニングです。昨年9月から、なのはなマラソンに向けて、休みや仕事終わりに少しずつ練習を始めました。最初は1km走るのもとてもきつかったのですが、練習を重ねるにつれ長い距離がどんどん走れるようになってきました。継続は力なり！という言葉を実感しています。筋力が付き代謝が上がったのか、体重も落ちてきて今までよりも元気に仕事出来るようになりました。疲れるからか夜もぐっすり眠れるようになり、一番良かったのが、ご飯とビールがものすごく美味しくなりました！走り始めて本当に健康的になってきたので、ランニングなどの適度な運動はオススメです。



阿久根院～澤山～

おすすめは、知賢の武家屋敷です。7つの庭園が散策できます。音声がイドを聴きながら歩くとそれぞれの歴史を感じることが出来ます。7番の森重堅郎は、大河ドラマ西郷どんのロケ地でも有名です。俳優の鈴木亮平さんのサイン色紙もあるので探してみるのも楽しいと思います。2026年も、一人でも多くの患者様を笑顔にできるように寄り添って頑張ります。よろしくお願いいたします。



おススメの物はフードプロセッサです。料理の下ごしらえを簡単にしてくれるので、時短になってとっても便利です。カレーをよく作ります。今年も患者様の悩みに応えられるように日々勉強していき、頑張りたいと思います。

鹿児島院～田中～



鹿児島院～
副院長～栗山

昨年は、体力のなさを痛感したので、今年は体力増進を目標に頑張ります。先ずは、菜の花マラソンのファンランを徒歩でも良いので完走を目指します。今年もよろしくお願いいたします。



阿久根院～新垣～

最近買ってよかったものは、コートです。冬用でどこかに出かける時に、とりあえずこれを着れば解決するので、温かいし勝手が良くて、かなり気に入っています。ハットとかと合わせると、見た目もおしゃれっぽくなるので、かなりおすすめです！入社して1年以上経ちましたが、技術面だったりコミュニケーションや細やかな気遣いなど、まだまだ身につけないといけないことが沢山あります。患者様に喜んでいただける治療が出来るよう努力していきます！



今月は阿久根院のスタッフのコメントです！



☆～おすすめ・好きなものなんでもおしえてください～☆



2025年は「HANA」という
ガールズグループにハマり
ました！ハロウィンパーテ
ィーでは友だち親子とHANA
の衣装を着てパーティーを
しました。最近の推しは、
MOMOKAです。来年もHANAの
活躍が楽しみです！～宮前～



今、頑張っていること・・・元々、ウォ
ーキングを1年くらい続けていたのです
が、整骨院スタッフで菜の花マラソン
に出ることになり（半強制で・・・笑）
ウォーキングからランニングにチェン
ジ。歩いた後もですが、走った後も
すっきりします！菜の花マラソンが終
わってからも続けていけたらな～と
思うだけは思っています！～根比～



私のおすすめは、整骨院で販売して
いる「シンデレラ」です。外反母趾
は、骨の問題だと思っていた私の先
生に相談すると、すぐに治療とテー
ピングをしていただき、おすすめの
サポーター「シンデレラ」を購入！
薄くて足に密着し、靴下の中に履い
ても、違和感なく本当におススメです！もし、外反母
趾の痛みでお困りの方がいらっしゃいましたら、先生
方へご相談ください！今までの痛みは何だったのか！
と思えるくらい痛みが消えます。～湊～



私のおすすめは豆乳を作れる
器具！乾燥大豆と水を入れれば
温かい豆乳が35分でできます。
豆乳に含まれている大豆イソフ
ラボン、更年期障害の改善
や骨粗鬆の予防に良く、また、
血圧やコレステロールを下げる
効果もあるそうです。豆乳の他にもスープや
ジュースができるので、私は毎朝、バナナジュ
ースを飲んでいきます。これからも豆乳を飲み続
けていこうと思います。～富吉～



昨年、私は還暦を迎え、「若返り」という言葉に
敏感になりました。そんな折、情報番組でアンチ
エイジング特集が放送され、初めて「甘酒」の魅
力を知りました。特に驚いたのは、甘酒には血糖
値の上昇を抑える効果が期待できるという点です
。糖尿病の私は、甘いものを控える習慣があっ
たため、「甘酒=避けるもの」という印象を持っ
ていましたが、この情報はまさに目からうろこでし
た。そこで翌日から、朝食に甘酒、ヨーグルト、キウイフルーツを
混ぜたメニューを取り入れるようにしました。この習慣を始めて、
すでに1年以上が経ちます。若返ったかどうかは・・・見ての通り
ですが（笑）、甘酒が「飲む点滴」と言われるだけあって、体調は
良好。特に快腸・快便で、とても健康的に過ごしています。ちなみ
に、これに加えて、もち麦ご飯・納豆・バナナも取り入れています
。これからも、この朝食習慣を続けていくつもりです。～中原～



特にお薦めが無かつ
たので報告します。
帰化申請してしまし
たが昨年11月に
法務局で日本国籍が
認められ日本国籍を
取得できました。
1年半の時間をかけ膨大な書類の提
出と日本語試験をパスして認めて
いただきました。日本人として日
本の法律を守り、生きていくこと
を誓います。～りん～

～あくねボントانロードレース大会～

12月7日（日）

サポートに

行ってきました！

阿久根院の福浦先生、澤山先生、
新垣先生と鹿児島院の田中先生
の4人で、ランナー98人の
走った後のケアとテーピングを
頑張りました。



～発行～

大田 整骨院

ホームページ

www.ota-seikotuin.com/



阿久根院

0996-73-3391

阿久根市琴平町49

鹿児島院

099-206-7777

鹿児島市田上6丁目1-2田上中央ビル1F