



～大切なあなたとご家族と  
健康のための情報誌～ No.1



皆様に愛され続けて

## おかげさまで20周年!!!

平成5年10月5日に整骨院を開業し、20周年を迎えることとなりました。この20年を振り返ると様々な笑いや楽しい事、又いろいろ悩む事があった様に思い出されます。

何より、この日を迎えられた事は、たくさんの患者様に御愛顧頂いた賜物と心より感謝申し上げる次第です。

今後とも、変わらぬ御愛顧のほど、よろしくお願い申し上げます。

院長

## 新療法 **気導術** 始めました!!

総合的即効療法・・・手技による即効的、瞬時的効果療法

(従来の気功ではありません)



### 〈気導術とは?〉

- 身体各部位の痛みの即効的解消
- 筋肉障害 神経障害 気障害の即効的解消
- 身体各部位のバランス不正 骨格不正 不良姿勢等の即効的解消
- 精神的疾患(ストレス ト라우マ等)への即効的な効果

一度 気導術療法 試みて下さいませ!!

**\*患者さまの声** ★長年の悩みだった慢性的な腰痛が治りました！



慢性的な腰痛に悩んでいた私ですが、どこの整骨院に通っても良くなり、悶々とした気持ちで日々の生活を送っていた時、友人が旦谷先生の治療院を教えてくださいました。最後の賭けで恐る恐る通院してみました。すると先生は腰痛の原因が日常のくせにあるとすぐに見抜き、丁寧に教えてくれたのです。数年間の悶々とした気持ちはなくなり、今では腰痛知らずの日々を過ごしています。先生に感謝感謝！本当にありがとうございます。（上村 昭徳 49歳）

**\*おすすめレシピ** ★ほくほくした秋の味覚！さつまいもと栗の煮物



1. さつまいも(2本)は2~3センチの輪切りにする。
2. 鍋に油をしき、一口大に切った鶏もも肉(300g)を炒める。
3. 「2」にさつまいもを加えて炒め、水2カップ、だし醤油(大2.5)みりん(大1)栗の甘露煮のシロップ50CCを入れて煮る(※圧力鍋なら3分加圧)
4. 全体に火が通ったら、甘露煮の栗(1瓶)を加え、煮汁が半量になるまで煮詰めて出来上がり。※味が薄い場合は好みで調整して下さい。

**\*今月の豆知識情報**



〈肩こりのつぼ〉

〈天柱〉

後頭部中央のくぼみから左右それぞれに指2本分外側にある所  
〈風池〉

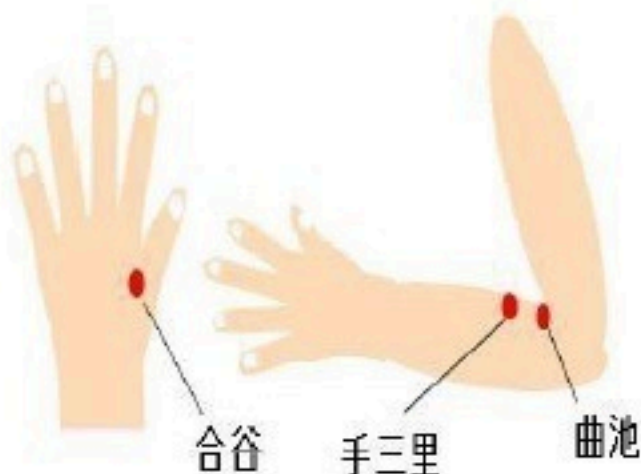
後頭部中央のくぼみから左右それぞれに指3本分外側にある所

〈合谷〉

親指と人差し指の骨が合流した所の内側(人差し指側)

〈手の三里〉

肘をしっかりと曲げた時のしわから中指に向けた直線上の指2本分の所



**\*編集後記**

今後もスタッフ一同頑張って「絆・通信」情報発信していきます。どうぞ、お楽しみに!!



高橋美和子 田辺俊 小島有希子

**スタッフです!!**

発行

旦谷整骨院 午前 8:30~12:00

午後 2:30~ 7:00

日曜・祭日・木曜午後休診

茂原市茂原 544

☎ 0475-26-0815