

猫背は、日頃の姿勢でつくられる。

猫背は、日頃の生活をすれば、自然と作られています。

これは、人間の構造上特性上やむおえないところがあります。

まず、目が顔の正面に位置していることで、なにをやるにしても体の前で作業を行います。

たとえば、

家事(掃除、料理、アイロン、裁縫、)、

育児(だっこ、遊び)、

事務作業(筆記、パソコン、スマホ、読書)、

肉体労働(重いものを持つ、流れ作業)

などの作業は、すべて腕を前に出したり、体を前傾させて下を向かなければいけません。

頭：4～8kg



そうすると首の上に乗っかっている頭は、どうしても前に倒れ込んでしまいます。(右図)

このような行いを常日頃するために、骨格に癖がつき、ただ立ったり、座る姿勢の時もその癖のせいで猫背になってしまいます。

人間は、猫背を長年しているので猫背の耐性がついてもよやそうなのですが、そうなっていません。

猫背をすると、首や肩、背中、腰の血行が悪くなり痛くなるだけじゃなく、下向きになることで

- ①思考がマイナス傾向になりやすい。
- ②骨格が歪むことで神経を圧迫し、痛みになる。
- ③神経を圧迫するので、内臓の自律神経の働きが弱る。
- ④老けて見えたり、不健康に見える。
- ⑤酸素の摂取量が減りボケやすい。
- ⑥がに股や四十肩になりやす。

年末年始の休み

年末：31日

年始：1～3日

初商いは4日(金)～

猫背をすると、このような不調が知らず知らずにてくるので注意が必要です。

休日

水曜日、土曜日の午後。

整体料金初回:3500円

2回目以降:2500円

ホームページ

うるまカイロ 検索

<http://hushigiseitai.com>

ブログ:hushigiseitai.ti-da.net/

メールでの問い合わせ:matsukou@urumachiro.com

電話:080-1545-5637

営業時間

10:00～14:00

15:30～19:30



不思議整体

Sixthsensetherapy

うるま
カイロ

