

キジポ～の好物  
魚の左目



**促身健美** うるまカイロの

第8号  
23年秋号

# きじポ～新聞

ワクワク楽しい! ワクワク過ごせる!! 情報を発信!!

発行: うるまカイロプラクティック  
電話: 080-1545-5637

ホームページ: <http://urumachiro.com>  
メール: [matsukou@urumachiro.com](mailto:matsukou@urumachiro.com)



産後矯正は  
1～3ヶ月以内  
が勝負

促身健美

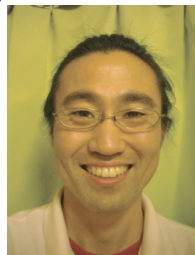


ミサンガ

今、カラーセラピー勉強中で最近取り入れてるミサンガです。カラーセラピーは好きな色ではなく、気になる色を使い身に付けるだけで効果があり面白いですよ。ミサンガも自分で作ると気持ちが入ります。



## まっごうのひとり言



今年、台風が多く来たからなのか去年より肌寒く感じる日が多い気がします。季節の変わり目は体調をくずしやすいので気を付けて下さいね。体が冷えると血液の流れが悪くなるので病原菌に対しての免疫力が下がってしまいます。寒くなったら腹巻がいいですよ。去年使って実感しました。お腹周りを暖めるだけでも体調がよくなります。寒いけど厚着はしたくない! そんなときに腹巻は便利です!

話は変わって今、色々な資格取得を目指して猛勉強中です。カラーセラピー(視覚)、アロマセラピー(嗅覚)、心理カウンセラー(感情)と体の調整だけではなく、他の感覚も用いて施術効果を上げて

いきたいと思っています。病は気からという言葉がありますが、本当にそうだな～と思います。この「気」という文字は気孔の「気」ではなく気持ちの「気」です。今までの経験上、治りたいという気持ちが強ければ強い方ほど治るのが早いのが感じます。この感覚は当たり前ですよ。そこでその気持ちという感情をできるだけ上げたいと思い、これらを活用していこうと思っています。脳にいっぱい治る要素を教えてあげる事で気持ちを高めていきます。

## フキ出来事!

尚巴志マラソンとアロマセラピーの資格テストの日と重なっているのを知らず申し込み。去年より時間を短くしようと練習していたのにやる気がなくなっていました。。ですがちょうど中部トリムマラソンがあってそれにでることにしました。めざせ10Kmを50分!