

# 中川接骨院だより

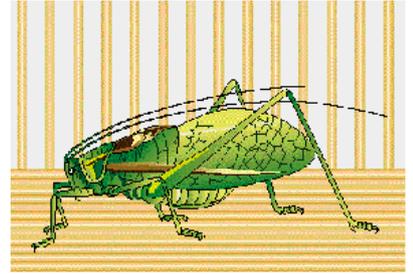
2024年 10月1日発行 第236号

## 意外と知らない体のヒミツ

### “のどちんこ”は何のためにあるの？

口を大きくあけると、喉の奥に小さな突起物がぶら下がっているのが見えます。これが“のどちんこ”です。正式な名称は「口蓋垂」といいます。

さて、この“のどちんこ”、いったい何のためについているのかと疑問に思われるでしょうが、実ははっきり言って何の役にも立っていないのです。その証拠に、扁桃腺の手術のときに誤って切り取っても、その後の生活に何の支障もないことが分かっています。



“のどちんこ”は、人が起きている時には緊張して縮んでいます。口を大きくあけたときに見えているのは、縮んだ状態なのです。ところが、眠っている時にはたるんで伸びた状態になります。このため、このたるんだ“のどちんこ”が眠っている人の喉の奥をふさいで、呼吸のたびに震えていびきの原因の一つになっています。疲れている時は、この“のどちんこ”はたるむので、いびきもさらに大きくなります。



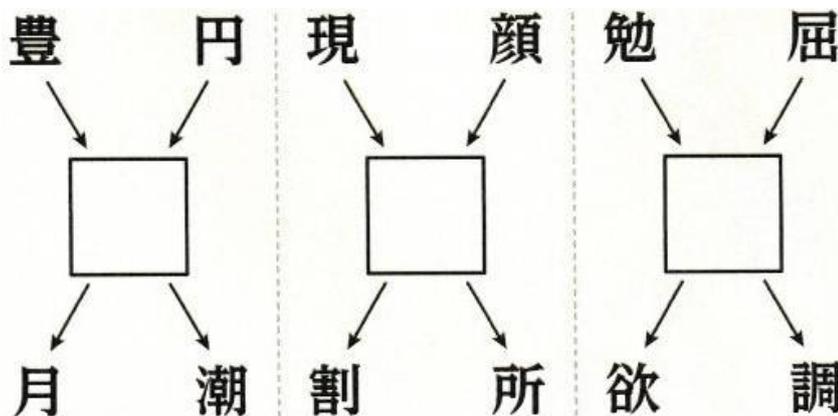
### 熱がでるとどうして関節が痛くなるの？

年配の人たちが風邪の症状を説明するときに、よく、「節々が痛い」と言いますが、ここでいう“節々”とは関節のことです。確かに、風邪をひいて熱が出始めると、手足の関節や腰が痛くなります。

また、以前、関節を痛めたことがある人は、季節の変わり目になると治ったはずの関節が痛みだす場合があります。風邪をひくと、体はウイルスや細菌に対して抗体を作ったり、白血球や化学物質などがたくさんできてウイルスに対抗したりします。それらの物質が、関節にある深部感覚という神経に作用したときに痛みを感じるのです。

関節は骨と骨を結ぶ大切な役割を果たしています。それだけにちょっとした体の変化や刺激にすぐに対応できるように、深部感覚はとても敏感にできています。

## 矢印の方向に読むと熟語になります



漢字一字を入れてください

読み方も大切です

# 骨盤のゆがみを「キュッ」と元に戻します

CHECK! いちばん多くチェックがついたのが、あなたのタイプです。

## 骨盤ひらきタイプ

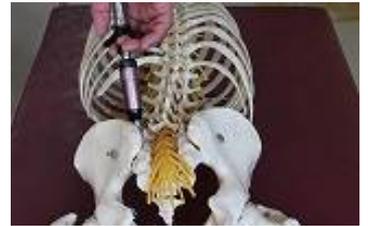
- 食後、下腹がポッコリ出てしまう
- 靴底の外側の減りが早い
- 腰骨から太もものラインが「ハの字」になっている
- 足先を外側に向けてペタンと座る「アヒル座り」がラク
- イスに座って、気がつくとも左右の膝が開いている。

## 骨盤ねじれタイプ

- 歩いているうちにスカートがぐるりと回ってしまう。
- 床に座って両足を伸ばすと、左右で長さが違う。
- 靴底の減り方が左右で違う。
- 気がつくとも、片脚重心でたっていることが多い。
- イスに座るとき足を組むクセがある。

## 骨盤反りタイプ

- 寝るときはいつもうつぶせか横向き
- 靴底のかかと部分が減りやすい
- あおむけに寝ると腰と床の間に隙間ができ手のひらが入る。
- 背骨の両脇の筋がこりやすい。
- かたいイスに深く腰掛けるとお知りの骨が当たって痛い。



ソフトで痛くない手法です。

骨盤の歪みは腰痛や肩こりの原因の一つです。  
あてはまるタイプの人是一次ご相談ください。

急性の外傷、疲労等による腰痛、肩こり、O脚、骨盤矯正にはカイロ治療が効果的です。  
カイロ治療は、真の原因をさぐり全身的な治療を施します。

初診料(検査)	2,200円
治療料	4,400円
回数券 [5回券]	21,000円
回数券 [10回券]	36,000円

回数券は家族の方もご使用できます。 但し初診料(検査) 2,200円は別途必要です

## 編集後記

22日に岐阜県高山市国府にある安国寺へ行ってきました。飛騨における唯一の国宝建造物です。

目的は安国寺の裏山に広がる約19kmの緑の中に、西国三十三か所札所巡りを擁する鎮守の森です。日本でも数少ない1000段の石段があり、頂上(標高約850m)の展望広場からは、乗鞍や御嶽、白山連峰などの大パノラマが満喫でき、眼下には、荒城川流域の見事な田園風景が広がります。約4.1kmの遊歩道が整備されており、一周約2時間のコースです。子どもからお年寄りまで気軽に森林散策が楽しめるこの事ですが、今年は、熊が頻繁に出没する情報が多数あり人影も少なく危険だと思い断念することにしました。熊よけの鈴、ストック、登山用の靴も購入して準備万端に用意したのですが、残念!!!!次回は人が大勢いる時期に再度挑戦しようと思います。(^^)



## 診療時間の案内

平日 午前8時30分～午後12時00分 午後3時00分頃～午後7時

土曜日 午前8時30分～午後12時00分 日曜・祝日は休診

受付は終了30分前 自由診療 随時受付 Tel.26-5755

熟語の答え

