

アイ♡アイレター



こんにちは！梅雨の時期は、よくカタツムリを探していた小田嶋庸介です。紫陽花の裏側や雑草の上、道端。突然の質問ですが、カタツムリの子供ってどんな感じが知ってます？僕は小さい頃にめちゃくちゃ気になったので、図鑑で調べたことがあるのですが、カタツムリは卵を産むと、卵の中からは既に殻のついたカタツムリが出てきます。面白いですね。



6月といえば、つゆの季節です。少し自律神経が乱れやすい時期になってしまいますが、雨の日や曇りの日はリラックスするモードに強制的に切り替わります。そんな時は「やるぞー！」と思ってても中々スイッチが入りません汗 こんな時の合言葉は「まあいっか」これに尽きます笑

今回、ご紹介するのは燕市にお住いのS様です。S様は娘様のご紹介で当院にご来院されました。S様は1年以上前から痛みがあり、退院した時には、「おしりから足先まで物凄い痛みと痺れがありました。車に乗り降りするのも本当に大変です。」と仰っていました。

あははは

「昔の写真があるから整理して欲しい」

こんな連絡が5月にありました。

昔の写真？どんな写真なんだろうな？と思いながら実家へ行くと、そこには小学生から高校生までの写真がズラーっとありました。



整理するはずが、思い出に浸り全く進まず笑

いちいち手を止めながら爆笑しているので、全く終わらなかったですね。

最終的には、「これ全部取っておいて下さい。」

なんの為にいったのか・・・笑
写真整理をする時に”あるある話し”じゃないですか？

きっと僕だけじゃないはず。

昔の僕は本当にお調子者でした。今もですね。プロフィール写真と全く変わらないのが笑えますね。この時から「自由」という言葉に取りつかれていたんじゃないかなあ？と思います。見るもの全てがキラキラしていて明るかったと思います。もちろん今もですが笑 入学式の写真だったと思います！

S様は元々整形外科や接骨院にて治療をされていましたが、「年齢のせいだ」「しょうがない」などを言われ、治療効果もさほどなかったそうです。

S様の症状やお体を丁寧に検査していくと、股関節や首に痺れの原因があることが分かりました。

丁寧に関節の動きや、筋肉の硬さをとっていくと、徐々に痛みが取れていきました。S様はガーデニングが趣味なのですが、「この前は痛みや痺れがなく、草取りができました。最近では車の乗り降りをして痛くありません。」と笑顔で仰って頂けました。

笑顔を見るだけで、本当に嬉しくなりますよね！笑 今後も、趣味のガーデニングを楽しみます！とのことで、ストレッチは続けて頂き、趣味も楽しんでもらえたらバッチグーです！！！！

「アイアイレター」名前の由来は、皆様に“愛”をお届けするべくアイアイレターと命名させて頂きました！

毎月1回発行 発行編集責任者：小田嶋庸介 院名：整体院 晴々

あなたの資格：理学療法士、認定心理士、スポーツシューフィッター（ポドローグ）、アロマアドバイザー、ノルディック指導員、愛の伝道師、ファスティングマイスター

住所：〒959-1232 新潟県燕市井土巻2-194 カーサ・セントラーレC 101号

電話：070-1300-0043 メール:seitaiharebare@gmail.com

HP:http://www.seitai-harebare.com

裏面あります

☆ファスティング情報☆

※最近、暖かくなってきたせいなのか、ファスティングに関するご質問や注文が多くなりました。そこで、情報のシェアをしたいと思います(*^^*)まず大前提に、僕が飲んでいるのははっきり言って「安心だし安全」です！

ファスティングとは？

断食のこと。日本古来より健康法として注目されています。最近は医療現場でも活躍しています。僕が普段行っているのは専用のドリンクを摂り、必要最低限のカロリーやミネラル、ビタミンを補給しつつ、細胞の生まれ変わりや傷んだ臓器、皮膚を修復させるミネラルファスティングという方法です。サプリメントなどを摂る「足し算の食事」より、いらぬ物をまずは出す「引き算の食事」が重要です。

ぶっちゃけ効果は？

デトックス(体に溜まった毒の排出)、ダイエット、アレルギー症状の改善、内臓の修復及び改善、美肌効果、食生活のリセット、集中力UP、感覚UP、鬱症状の改善などに効果があります。添加物や重金属などの毒素は「脂肪に溜まる」性質があります。その毒素を排泄していくためには、一回食事を抜く必要があるため、ファスティングが必須です。どちらかという僕は、ダイエットとか脂肪燃焼よりも、デトックス目的で実施することが多いので、終わった後の、体の軽さや集中力UPはとても助かっています(*^^*)体が資本なので、細心の注意を払っています！

他ので代用できる？

ぶっちゃけ言うと、僕も色々試しました。水断食、甘酒のみ、野菜のみ、野菜ジュースのみ、他のファスティングドリンク。結論は全て失敗です。副作用でめっちゃくちゃ体がだるくなったり頭が痛くなったりしました。そしてサポートしてくれる人が居ないので、何にも分からず断念。笑 僕も失敗してますからね笑 他の酵素ドリンクも試しましたが同じようなものです。裏話ですが、MANA との比較に使わせて頂いた他社の酵素ドリンクを youtube で比較レビューで撮影してもいいか？問い合わせた所、却下されました。その他の会社にファスティングで使えるか？問い合わせましたが、「使えない」ということでした。

ファスティングのやり方は？

やりやすいのは半日ファスティング、1日ファスティングです。ちゃんとしたダイエットやアレルギー症状、体質改善などは3日、5日、7日ファスティングがあります。半日や1日ファスティングでもデトックス効果があるので、症状の重症度や目的に合わせて実践すればいいと思います(*^^*)
ハワイ語でMANA(内なる力)、KALA(限界はない)、PONO(真実)、IKE(この世界はあなたの思い通りになる)などの意味があります。それぞれ意味が込められていることに愛情を感じます。ちなみに、ポノはルイボスティ、IKE は亜麻仁油の名前として使われています。全ては繋がりを感じました。初代は「家族に自信を持って出せないなら俺は誰にも出さん！」と言っていたらしいです。最高です。

MANA 酵素

実際に製造工程を直接見学しに行ったのですが、原料に入っている野菜、ハーブには農薬は勿論、添加物も一切含使われていません。ハーブなどは100kg 採取しても乾燥させるので10kg にしかならないんですね。それをゴミなどが入っていないか全て手作業で仕分けていました。自分の目でみると安心ですね。

MANA には大量のミネラルが入っており、特にマグネシウムは脂肪燃焼を促進させます。L-カルニチンは

脂肪燃焼効果・解毒効果の作用があります。50種類の乳酸菌・酵母で善玉菌を増やし腸内環境の改善に貢献します。最低限のエネルギーを確保するため、空腹感も少ないのが特徴です。 ¥9155 円(税込)



KALA 酵素

MANA のバージョンアップが KALA。コラーゲン生成に関わるシリカや、体を温める金時生姜が配合されています。そのため、美容重視、綺麗に痩せたいなどは KALA を使ったファスティングが断然オススメです。KALA1 本だけで3日間のファスティングが可能です。MANA の場合は1本で1日+半日分のファスティングが可能です。KALA の場合、取り扱いがインターネットでも行っていません。

ファスティングの資格を有したプロから直接取り次ぐ形になっています。メルカ〇などで中古販売していますが、保管や品質などの問題もあるようです。どうせやるなら絶対に本物を使った方がいいです(*^^*)¥19800 円(税込)

