

正しい姿勢により症状が改善した項目に○をお願いします

10代・20代・30代・40代・50代・60代・70代・80代・90代 (男・女)

- | | | |
|--------------------|--------------------------|------------------------|
| 1 気持ちが明るくなった | 25 手のだるさが軽減した | 49 身長が伸びた |
| 2 ねつきが良くなった | 26 足のだるさが軽減した | 50 つかれにくくなった |
| 3 良く運られるようになった | 27 むくみがへった(顔・手・足) | 51 風邪を引きにくくなった |
| 4 朝起きやすくなった | 28 冷えが改善した(手・足・全体) | 52 熱がでにくくなった |
| 5 いらいらしくなくなった | 29 関節痛が軽減した(手・肘・肩・股・膝・足) | 53 適正体重になった |
| 6 頭痛がなくなった | 30 背中のがりが改善した | 54 天候によって体調が悪くなることがへった |
| 7 目まいがなくなった | 31 背中の痛みが改善した | 55 生理が順調になった |
| 8 目がかすみ、ちらつきがなくなった | 32 胸の苦しさが軽減した | 56 生理痛が軽くなった |
| 9 目が疲れにくくなった | 33 胸の痛みが改善した | 57 前向きになれた |
| 10 耳鳴りがしなくなった | 34 どうき、息切れがなくなった | 58 肌のツヤがよくなった |
| 11 視力が少しよくなった | 35 息がくさいのが改善した | 59 頭の回転がよくなった |
| 12 鼻のつまりが軽減した | 36 吐き気がなくなった | 60 冷静に判断できるようになった |
| 13 口中のあれ、ねばりがへった | 37 胃の痛みが軽減した | 61 アレルギー(皮膚、眼、鼻炎)が軽減した |
| 14 歯が痛い、浮くがへった | 38 胸やけがへった | 62 集中力があがった |
| 15 喉がかわきにくくなった | 39 食欲がでた | 63 足が細くなった |
| 16 喉のつまりが軽減した | 40 腰回りがすっきりした | 64 ウエストがサイズダウンした |
| 17 のぼせが軽減した | 41 下腹部の痛みが改善した | 65 体を動かさそうという気持ちになった |
| 18 咳がでにくくなった | 42 便秘が改善した | 66 バランス感覚がよくなった |
| 19 肩・首のがりが改善した | 43 下痢が改善した | 67 荷物を持てるようになった |
| 20 肩・首の痛みが改善した | 44 腰のいたみがへった | 68 イライラが減った |
| 21 手が動きやすくなった | 45 腰がだるいのがへった | 69 直感がさえるようになった |
| 22 足が動きやすくなった | 46 小便の出がよくなった | 70 内臓の疾患が軽減した |
| 23 手のしびれが改善した | 47 残尿感がへった | 71 外反母趾が軽減した |
| 24 足のしびれが改善した | 48 小便がちかいのがへった | 72 第一印象の反応がよくなった |

姿勢について 感想・改善の体験談・エピソードあれば、ご記入お願いいたします。私たちの臨床の励みになります。

今までは、肩こり、腰の痛みがあっても、まさか自分の姿勢が悪いから、その症状が出ているとは、思ってもみなかった。自分で、自分でできるストレッチを学ぶ事で、自らが意識するように

最後まで丁寧な記載ありがとうございました。例です。

創業大正15年

伊新整骨®

NAKANO SEITAI TOKYO AOYAMA

東京青山

Copyright(c)2015 N-Style Inc. All rights reserved.