



① インソールの作製は完全予約制・所要時間1時間程度
 価格(税込)
 【フルオーダー12,960円セミオーダー10,260円キッズ5,940円】
 ※上記の作製料に初回検査料が1,620円(税込)がかかります。
 ② 園児・保護者に向けた出張講演会
 ③ リニューアルした店舗内装

Information



すこやか整骨院
 〒850-0954 長崎市新戸町3-24-11
 ☎ 095-879-2843
 営業時間
 月・火・水・金 9:00~11:30/15:00~19:00
 木 9:00~11:30
 土 9:00~13:00
 休診日 日・祝日

産 後女性の骨盤矯正
 白井院長の講演テーマは「足の健康」に加え、最近では「産後女性の骨盤矯正」について話す機会も多い。長崎県助産師会での講演のほか、保育園でも足の健康教室とセットで保護者の方々へその必要性を伝えている。同院では、

今 後の展開
 問診や触診、症状の説明に時間をかけ、運動指導や姿勢矯正に注力するといった施術スタイルの確立に加え、快適な施術環境への取り組みは、妻と大切なことだ。

選び方や履き方などを知ることです。いつでもトラブルのない足を育てる。足育。」「扁平足、外反母趾など、子供たちにも足のトラブルが多いことを存じてでしょうか？特に成長期の子供さんには、必ず足に合った靴を履かせてあげないと、将来、指の変形や全身の歪みに繋がることもあります。子供の足は半年に5mmしか大きくなりません。大きすぎる靴を履くことも足育に悪影響があるんですよ。」

完全予約制にて、出産後の不調や腰痛、肩こり、産後太り等のケアをおこなっており、利用者から好評を得ている。「産後、骨盤が歪んだままになってしまったり、筋肉や靭帯が無駄に引っ張られたり、内臓の働きが低下することもありますので、痛みや産後太りなどの原因となります。そこで、必要なのが、骨盤矯正です。産後はホルモンの影響で全身の関節が緩んでいますので、長年の歪みをリセットするチャンスでもあります。当院ではソフトな整体で骨盤を整え、その後自宅で出来る骨盤底筋トレーニングを指導しています。自覚症状がある方も、今は症状が出ていない方も、出産によって女性の体は大きなダメージを受けています。長い人生の中で、産後をどう過ごすかというのは、妻と大切なことだ。」

みも積極的に起こっている。「利用者の方がより利用しやすいように、昨年9月にリニューアルしました。個室を作り小さなお子様連れの方でも安心してくつろげるスペースを準備し、さらに、新しいスタッフを加え、新たな利用者の方を受け入れる態勢も整えています。」

今後は、院内の少数制での足の健康教室を定期的に開催していくことも検討しており「より身近な情報発信の場をこれからも継続して提供していきたい」と展望を語って頂きました。

すこやか整骨院
 院長 白井 一晃 さん



足元から全身のバランスを整え、体の不調の根本改善指導を目指す

今回のがんばってますは、長崎県唯一のフットケアアトリーナーライセンスを持つ柔道整復師として、子供たちの足の健康教室を開催するなど活躍の場を広げる すこやか整骨院 院長 白井一晃さんをご紹介します。

足 の健康とフットケアアトリーナー
 フットケアアトリーナーとは、靴と足が原因で起こる様々なトラブルについて医学的根拠に基づき、歩行バランスを分析することで、正しい靴選びとインソール(靴の中に入れて使う中敷き)作製ができるライセンス。白井院長は、同ライセンスの最上Aライセンスを取得している。

県内には、まだまだ足の専門家は少なく、一般の方が靴と足の関係について学べる場所が少ないというのが現状。特に離島では、試し履きなしに、子供の靴をインターネットで買っている親御さんが多い。また、県内トップのアスリートでも自分の足に合っていない靴を履いている事例もある。

「体の痛みでお困りの方はもちろん、そうでない方も、足に合った靴を履くことは、とても大切です。しかし、市販の靴と、足との間には、どうしても余分な隙間が出来てしまいます。そこで、靴と足のフィット感を良くするために、ぜひ、インソールを入れてほしいですね。痛みの改善効果が期待できますし、スポーツでのパフォーマンスアップにも効果的です。」

足 育と子供の健康
 足について正しい知識を得て、正しい靴の