



# 4月 診療案内

## ～ほし整骨院だより～



2023年4月



が送迎日になります

日	月	火	水	木	金	土
						1 受付時間 8:30～14:00
2 休診	3 	4	5 午前:平常治療 午後:予約治療	6 	7	8 受付時間 8:30～14:00
9 休診	10 	11	12 午前:平常治療 午後:予約治療	13 	14	15 受付時間 8:30～14:00
16 休診	17 	18	19 午前:平常治療 午後:予約治療	20 	21	22 受付時間 8:30～14:00
23 休診 30	24 	25	26 午前:平常診療 午後:予約治療	27 	28	29 休診

あちらこちらで春の訪れのお話が舞い込んできます。今年の桜の開花は早く、宇都宮は3月20日。寒いとはいえ平均気温は可成り高くなっているんですね。4月上旬には「葉ざくら」。昔は満開の桜の下で入学式後の記念撮影でしたが、最近は満開な「葉ざくら」の下での記念撮影となりますね。これも時代の変化です。

先月3月9日から日本（東京ドーム）・アメリカ（マイアミ）で開催されたWBC（ワールドベースボールクラシック）。侍ジャパンが決勝戦でアメリカに勝ち見事優勝で幕を閉じました。多くの日本国民が涙あり笑いあり、そして感動と勇気を貰った大会でした。私もその一人。全試合テレビ（仕事で見れない時は録画で）観戦しました。負けたら終わりの短期決戦の中、世界中の一流プレイヤーが真剣に熱いプレーをするからこそ見る物に感動が生まれる。野球って素晴らしいスポーツだな！と、つくづく思いました。大会 MVP は大谷翔平選手が選ばれました。打ってよし・投げてよし・走ってよしと素晴らしい大活躍でしたが、私が思う MVP は監督栗山英樹と思っています。常に相手を思う謙虚な言動で選手を信じ数々の手段でチームがまとまる策を講じていました。以前から栗山監督の事はリスペクトしていましたが、更に人間栗山英樹を知りたく著書「栗山ノート」を購入し読み始めました。最近は戦争や凶悪犯罪の報道ばかりで暗いニュースが多い中、久しぶりに明るい話題で日本中が良い方向に一步進んでいる！そんな感じがしています。

最近起こった私の出来事です。生まれて初めて「ギックリ腰」になりました。数日前から筋肉の張りが有り自分なりの対処はしていたのですが、朝コタツから立ち上がる時に魔女の一撃です。身体を伸ばす事は困難で、歩く事も顔を洗う事も靴下を履く事も日常の動きがとっても大変でした。苦痛は徐々に緩和するも約10日間続き、苦しく情けなくでも勉強になる時間を過ごしました。治療家の不養生とも言いますか、痛みのピーク時は余裕が有りませんでした。気持ちはいたって前向きに！何事も経験する事に意味がある。と自分に言い聞かせて乗り切りました。この経験で今後は患者さんの気持ちが100%理解できます。そして再発防止の為に総合グラウンド内にあるトレーニング室に通い初めました。身を持った体験を随時お話ししたいと思います。

LINE & Instagram やってます。  
QRコードから友だち追加、フォローお願いします



HOSHI.SEIKOTSUIN

