



2018年 8月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5 休診	6	7	8	9	10	11 休診
12 休診	13 休診	14 休診	15 休診	16	17	18
19 休診	20	21	22	23	24	25
26 休診	27	28	29	30	31	

～ほし整骨院だより～

平成30年8月号

今年の夏は暑い！皆さん体調は如何ですか？一日中冷房の効いた部屋で過ごしたり、夜もエアコンを付けたまま寝てしまう。そんな毎日ではないでしょうか。最近では夜寝ている時に”脚がつってしまう”と訴える患者さんが増えています。昼間いつもより身体を使い過ぎて、水分補給もそこそこに冷えた部屋で寝てしまう。そんな時に起き易いです。ぬるめのお風呂で温まり、軽くマッサージ。寝る時には夏掛けをしっかりと被って寝る。予防になります。

夏といえば「花火」。夜空に舞う打ち上げ花火はどれも綺麗で、人々の心に明かりをともしてくれます。花火のルーツは中国にあり、日本に伝わったのは江戸時代。死者の慰霊や悪疫退散を願い打ち上げられたと言われていています。

「た～まや～」「か～ぎや～」皆さん口にした事有りますよね。これは、この時代に活躍した花火師、「玉屋市兵衛」「鍵屋弥兵衛」。この二人の性が代々受け継がれ今に至っています。数百年前から多くの人々の思いを込めて打ち上げられた花火！今年の夏は夜空に開く大輪を眺めながら、大切な人とそれぞれの願いを込めながら楽しむのも良いのでは・・・(笑)



8月5日から始まる夏の全国高校野球選手権大会（100回記念）栃木県代表は、今年も作新学院に決まりました。先輩から襷をつなぎ、多くのプレッシャーの中での優勝は素晴らしいです！！

野球が出来る事への感謝。日々成長。学生スポーツは監督の力が大きいですね。