わが家の薬箱（くすりばこ）

medicine box

今月の先生

木島接骨院　佐藤先生
（日本抗加齢医学会 認定指導士）

テーマ　簡単にできる腰痛治療　パート1

今回と次回で、簡単にできる腰痛治療をご紹介します。それは「伊藤整骨医学院」の先生が考案した「11円療法」で、基礎金属的にはP1～A奇経整流」です。基礎金属的の鋼とアルミの電磁差を利用して、体の基本電流を整えます。タイプ①ひざ・タイプ②朝方タイプ③のひざ・タイプ④朝方タイプ⑤の腰・タイプ⑥の腰・仙腸関節に痛みがあり、片方の足が短いのが特徴です。

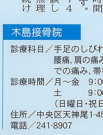
1回目は、腰の緑体の中心線を合わせることが、治療の一歩です。まず、足の外側に10円玉、反対の足の内側に10円玉を貼り上げ、外側は手首、手首の小指と薬指の間を足首に向けて指でこすり上げて止まるところで、治療時間は30分間、何もしないで横たわります。ほぼ、この原理があると、3～4日試しに無理のないように、無理なく楽しく、気のないように、無理なく楽しく、気持ちよく運動は続けましょう。

不思議療院

診療科目／手足のしびれ・手足に力の入らない方、腰痛、肩の痛み、交通事故のケガ、スポーツでの痛み、寝ぼ疲療後神経痛・CRPSの方

診療時間／月～金　9:00～13:00, 15:00～19:00
土　9:00～13:00
（日曜日・祝日は休診）

住所／中央区天神尾1-45-8
電話／241-8907



南地区インフォメーション

地域の情報をお届けします

思春期における小学生の心と体

今、親として子どもの悩みや不安にどう関わっていくべきか、一緒に考えてみませんか？ 皆さまのご参加をお待ちします。

日時　2月21日（土）　13:30～15:00（開場13:00）
会場　新潟市大畑少年センター 401研修室
講師　根名亮子さん（前・新潟市立青山小学校養護教諭）
対象　小学生の保護者、一般の方
定員　先着50人（定員になり次第締切）
料金　無料
※お申し込みは下記まで電話かFAX（氏名・参加人数明記）でお願いします。
※保育室はありません。
※センターには十分な駐車スペースがありません。公共交通機関でご利用ください。

お問い合わせ・お申し込み
新潟市大畑少年センター
TEL.228-4100　FAX.228-4133

カウンセリング勉強会 開催

★青山教室
日時　2月14日（土）14:00～16:30
会場　青山コミュニティハウス（西区青山6-16-20）
料金　500円（初回無料）
お問い合わせ　TEL.267-9764（渡辺）

★新潟教室
日時　2月15日（日）14:00～16:00
会場　駅南コミュニティセンター（中央区米山4-12-20）
料金　500円（初回無料）
お問い合わせ　TEL.245-1787（佐藤）
※お問い合わせは20時以降にお願いします。

金GOLD 黄金の国ジパングと佐渡金銀山展

期日　2月21日（土）～4月19日（日）※会期中無休
会場　新潟県立万代島美術館
開館　10:00～18:00
内容　金は古代から貨幣としての役割を果たし、また装身具に利用され、仏教の世界では仏像や仏具が金で装飾されました。この展覧会では、金を用いたさまざまな作品と共に、金鉱石や砂金、金の延べ棒といった金そのものも展示します。また、新潟県と佐渡市が世界遺産登録に取り組んでいる、かつて日本一の金産出量を誇った佐渡金銀山の歴史を、資料やパネルにより紹介します。
料金　一般1,100円（前売900円）
大学・高校生600円　※中学生以下無料

前売券はお近くのNIC（新潟日報販売店）にて取り扱っています。

「中高生の居場所」ボランティア講座

鳥屋野地区公民館で開設している中高生の居場所（フリースペース）について、皆さんで考えてみませんか？

日時　2月28日（土）　15:00～16:30
会場　鳥屋野地区公民館
内容　よりよい居場所づくりのために
～地域のみんながサポーター～
講師　谷田健穴さん
（子育て支援鳥屋野地区教育会議代表）
定員　20人

お問い合わせ・お申し込み
鳥屋野地区公民館　TEL.285-2371

シェパ「製菓製パン科」受講受付中!

趣味のお菓子作り・パン作りを専門的に学びたい方、パティシエやブーランジェのお仕事に興味のある方、国家資格「製菓衛生師」を目指してみたい方などと、マイペースにお菓子やパン作り、そして専門的な知識を学びたい方にオススメの一般向け通信講座です。

期間　平成21年4月より1年6月
定員　120名
資格　高等学校卒業以上
受講　20万円（教材費含む）※各種割引制度あり。
締切　3月27日（金）

無料説明会&ミニ体験2/21（土）11:00～12:30
「パターロールの形を作ってみよう！」通信講座の紹介と簡単なミニ実習やセットの体験説明会です。

シェフパティシエ 専門学校　生涯学習部
TEL.0120-48-7548
ホームページ http://www.eishin.ac.jp/chepa/

情報募集

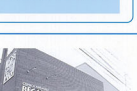
TAKE A WALKでは、南地区インフォメーションに掲載する各種イベントやサークル活動・メンバー募集などの地域の情報を募集しています。お申し込み・お問い合わせはTAKE A WALK編集室（NIC駅南内）までお願いします。

TAKE A WALK編集室（NIC駅南）
TEL.244-7613　FAX.241-9078

南地区 NEW OPEN

地域に根ざした動物病院がオープン！ どうぶつの病院 レガーロ

昨年12日16日にオープンした動物病院。既存の医院と一線を画す温かみのある空間。ペットも飼い主もリラックス出来る雰囲気。ペットも例外ではなく、院長の久井川さんは、病気じゃないときでも散歩がてら立ち寄ってほしいとのこと。ペットホテルや食事・しつけなどのご相談も行っているので、まずはペットと一緒に気軽に立ち寄ってみてはいかがでしょうか。



カフェのようなおしゃれな外観。院内もリラックスできる空間を心掛けている

中央区下所島1-3-20
③255-1225
⏰9:00～12:00、16:00～19:00（火～土）
9:00～13:00（日・祝日）
㊡月曜日（祝日の場合も休診）
🅿3台
http://www.regalo-vet.com/

体の痛みや不調、諦めていませんか？ 健身堂 新潟院

シンプルで清潔感が溢れる店内。体の気になるところに院長の整体療術師・青木さんに相談しよう

昨年11月1日、長岡に5店舗展開していた整体院。健身堂が新潟市に初登場。体の症状に合わせて施術し、全身の調整を行う「全身整体」、運動による痛みや疲労を和らげる「スポーツ整体」、顔のゆがみなどを矯正する「美容整体」の3ースが整っている。年齢や体質などで諦めていた体の痛みや不調も我慢をせずに、まずは気軽に相談を。

中央区上近江1-5-13 2F
☎281-1886
⏰8:30～19:00
※予約優先
㊡月曜日
🅿5台
http://www.kenshinan-niigata.com/