



健康への意識が変わった！

子どもの頃の怪我やアトピーの体質、長時間のデスクワークなどが原因で、長年様々な体調不良に悩まされてきました。

首や顎の痛み、肩こり、腰痛、偏頭痛、生理痛、アトピーなど、挙げたらきりがありません。

何をどう治療したら良いのか分からず、全てまんべんなく良くなる治療法がないか調べていた時、この仙台ゲゼンハイト・カイロプラクティック・オフィスの存在を知りました。

私のカイロプラクティックに対するイメージは、整体などと同じようなものだと思っていました。しかし、先生やスタッフの方々から説明を聞くと、自分の想像とは全く異なり、興味が湧きました。カイロプラクティックは神経を見る治療であり、人の生命力や自然治癒力を引き出す考え方に、私はとても感動し、共感しました。これだったら！と強く思い、ここへ通うことを決めました。

初めてアジャストを受けた時のことを、今でもよく覚えています。痛みはまったく無く、不思議な気分でした。アジャストを受けて2・3日後に、全く痛みの無かった箇所にも痛みを感じたりすることもありました。

先生曰く、良くなる過程に痛みが出ることもあるそうです。それは私にとって新鮮な体験でした。そして、体は全てつながっているのだと、強く認識するきっかけとなりました。姿勢一つでそれが分かるようにもなってきました。

先生やスタッフの方々に支えられ、頑張っって通い続けたところ、1年が経った頃には、体はもちろん、精神的な面にも変化がありました。

不調が改善されていくと、それを維持させるために、ライフスタイルや食事を変えるようになりました。セミナーに参加し、先生のアドバイスを参考に、良い状態を自分で作る努力をしました。

私の場合、職業も変わりました。脊柱に良い、体を動かす仕事がしたいと思うようになり、現在の職業は運送業です。数年前まで長年デスクワークだった自分が、今は重荷を運び、動き回る毎日です。

これはこのオフィスに通う前の私からは、絶対に想像できません。私がカイロプラクティックに素晴らしさを感じるところは、ただ体調が良くなるだけでなく、その人の健康に対する意識も変化することです。

これは、病院に通って、薬を飲んでいるだけでは得ることのできない、貴重な体験です。

以下は、オフィスに通うようになってから変化したことです。

- ・早寝早起きになる
- ・水を飲むようになる
- ・よく歩く
- ・お肉を食べる（お肉は苦手でした）
- ・自然を見るようになる
- ・姿勢に気を使う
- ・暑さ、寒さに強くなる
- ・カゼをひかない
- ・薬は飲まない

オフィスに通い、アジャストを受けるようになり、私の体と心はすっかり変化しました。恐らく、これからもどんどん変化していくと思います。

先生とスタッフの方々には、とても感謝しています。これからも通い続け、元気に毎日を送るつもりです。

30代・女性・運送業