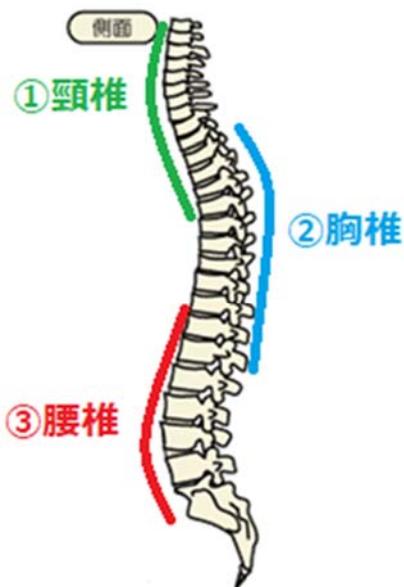




晩秋の候、貴社ますますご発展のこととお慶び申し上げます。

あるふぁは平日 8:30~17:30 まで営業しております。  
ご相談等承りますのでお電話ください。

今回は背骨のクッション機能について紹介したいと思います。  
背骨には 3 個の彎曲が存在します。この彎曲こそが背骨の衝撃吸収の要となっております。



ちなみに彎曲は  
魚が 0 個、  
犬や猫が 1 個、  
サルは 2 個とされています。  
3 個あるのは人だけなのです。

この彎曲が 0 個と 3 個とでは衝撃吸収力が 10 倍以上違うと言われています。このクッション機能が落ちると腰痛や関節の変形など**慢性疼痛疾患**になるリスクが高まることが分かっています。円背、腰痛、膝の変形などが合わさっている利用者様も少なくないと思います。

余談ですが彎曲の少ないサルや犬は 2 足歩行をし過ぎると腰痛になることが研究で分かっているので 2 足歩行のしすぎにはご注意ください。

本格的な寒さに向かう時節、風邪など召されませぬようご自愛ください。

訪問看護リハビリステーションあるふぁ 相模大野  
〒252-0307 神奈川県相模原市南区文京 1-4-5 ピアレジ文京 1-B  
TEL 042-701-3775 FAX 042-701-3776