

まつくり院長通信

骨の形成を促進する先進医療（**アクセラス**）を導入！
骨折直後からの治療促進が期待できます。

今週の花・言・葉

✿ アマリリス

誇り

✿ ドラゴンヤナギ

愛の悲しみ

✿ ケイトウ

おしゃれ

✿ ドラセナ

幸福



松田院長からあなたへ 耳より情報！！

◆爪は大事！大切にしましょう！

爪にはとても大切な役割があります。今回は爪について説明しましょう！

■爪は変形した皮膚？

爪は毛髪と同じで、実は変形した皮膚です。成分は主にケラチンというタンパク質。ちなみにカルシウムは関係ありません。また、見えている部分は既に死んでしまった細胞です。根元に隠れている生きた細胞（爪母と言います）が新陳代謝して死んだ細胞を押し上げるため、伸びるように見えるのです。知っていましたか？

■手指の爪の働きとは？

手の指は、物を触ったり掴んだりします。爪は指先を保護しているだけでなく、物から指が作用・反作用で受ける力を受け止め、骨がない指先の腹にまで力をしっかり伝えます。爪があるからこそその働きです！

■足指の爪の働きとは？

足の爪は、歩く時に重要な役割を果たします。足を上げる直前、必ず爪先が地面を蹴っています。この時、体重を支えているのも、この爪先です。作用・反作用で、爪先は地面から力を受けます。爪がなければ、地面を蹴ることができず、地面からの力も十分に受け止めることができません。**爪があるから歩ける**のです！

★院長よりメッセージ

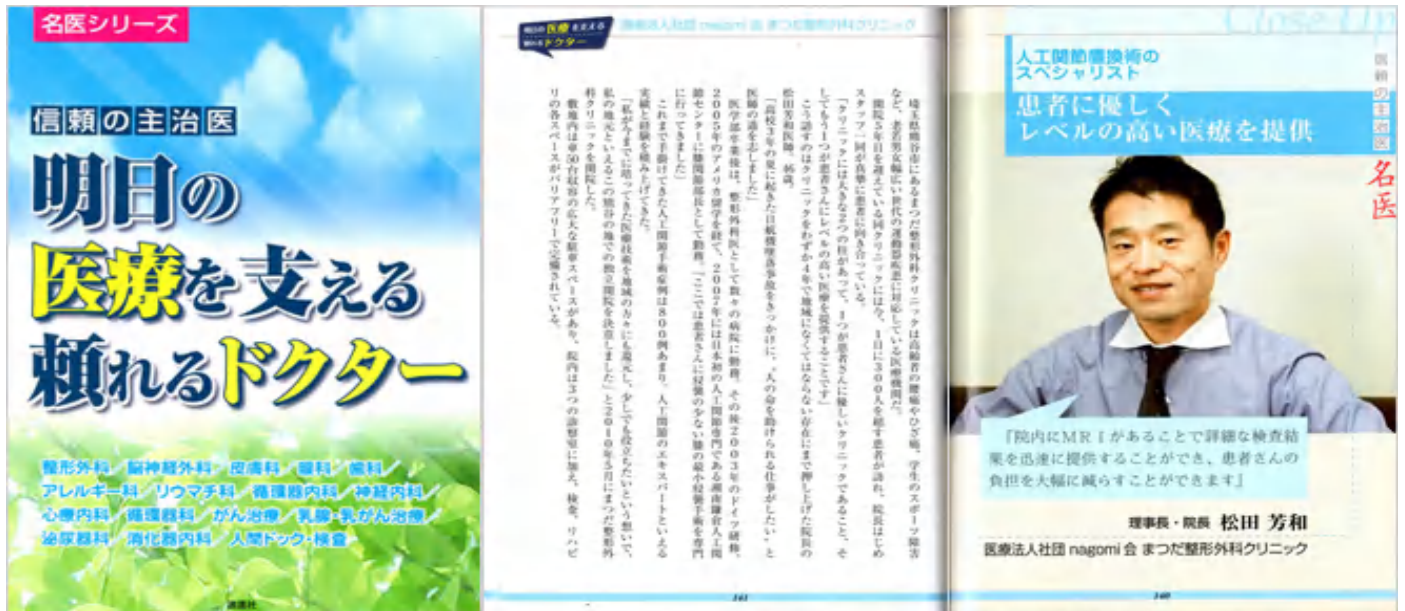
爪を短く切り過ぎていると、爪の先が皮膚に入り込み巻き爪の原因になります！

リハビリ課よりあなたへ



秋といえば読書の秋ですね！！

なにかいい本はないかな……とされている方におススメ（^^）



まつくりの松田院長をはじめ、いろいろな分野の先生が載っています！
リハビリ室や待合い室においてあるので、ぜひ読んでみてください☆

☆お知らせ☆ 10月より体操教室のプログラムが新しくなります！！

体操教室を始めて1年…多くの方に参加して頂きありがとうございます（^^）

1年の総復習として、今まで体操教室で行った「肩こり予防・腰痛予防・転倒予防」を実施します。

全部で77種目の体操を11週間かけて行います。

1回15分の運動ですが…体がリラックスし、姿勢が整う感覚を実感出来るように、わかりやすくまとめられていますので、今まで参加された方も、初めての方も、お待ちしております！！

開催日 10・11・12月の月曜日・火曜日・木曜日

時間 13:45～14:00

対象 当日に当院を受診される患者様

