

## 栄養改善、筋肉チューニング、運動療法

この3つで慢性痛や病で悩まない、楽しい生活を送れるサポートをご提案  
ゴールはセルフケアです！

慢性痛や病の本当の原因に気づかれていますか？

・砂糖の摂り過ぎ、暴飲暴食、食添加物、加工食品、農薬や化学肥料だけの野菜、添加物が含まれている飼料を食べて育った家畜のお肉、薬、お酒、タバコなどでお体にダメージを与え続けていませんか。

・改善しない整体、マッサージ、鍼灸等を受け続けていませんか？

・定期的に運動されていますか、毎日1万歩以上歩いていますか？

これらを改善するためのセルフケアもお伝えします。

### ■ 栄養改善

オーソモレキュラー栄養療法を基に栄養改善をご提案。自身が行なっている方法もお伝えします。

### ■ 筋肉チューニング

痛みの原因の9割は血行不良が原因。

筋肉を本来の柔らかさに戻し血流を改善します！

### ■ 運動療法

世の中が便利になり人が歩かなくなりました。歩くことで血行の改善、素足で歩くことで赤血球を再生。

## 堂込洋一 (どうこみ よういち)

筋肉チューニングサロンUROOM浦和大宮・サロンマネージャー  
(シニアセラピスト)

1965年 鹿児島薩摩川内市生まれ、千葉県市川市育ち

ヴィジョン：慢性痛や病で悩んでいる人を無くしたい

趣味：料理作り、映画鑑賞

※Twitter：@sanpokojin

長年営業の仕事に従事する。両親と姉の病気を機に医学と食品に疑問を持ち始める

約10年前に筋肉チューニングサロンに出会い、それまでの20年間悩み続けあらゆる治療、施術を経験しても改善しなかった持病の腰痛が改善。真に改善できる整体をもっと世に広めようと考え、知識、技術を学び6年前にスタッフとなる

得意な施術:腰痛、変形性股関節症、血流改善

