筋肉チューニングを通して"あなた"の體（からだ）と心を整えます！

「小学生の頃から腰痛・首肩のコリがあった」
「20歳の頃に初めての"ぎっくり腰"を経験」

UROOMに出会うまでは「またぎっくり腰になるんだろうなぁ」
と腰に怖さを抱えながら社会人生活を送っていました。

昔から體の痛みがあった私だからこそ「お客様の痛み」が分かります

26歳の現在はというと…痛みが無くなったどころか、體が軽くなり
大嫌いなランニングが私の外せない習慣になりました!!

痛みの原因もアプローチも間違っていた…

ほとんどの痛みの原因は骨でも神経でも筋力不足でもなく「筋肉の酸欠状態」です。
筋肉には「自ら身を守る仕組み」や「生活習慣の乱れ」によって硬くなり、機能しなくなります。
この筋肉が硬く機能しなくなった状態を『筋拘縮』と呼んでおり、筋拘縮の蓄積は骨を歪ませたり
痛みを引き起こします。標準医療にはない概念で、強いマッサージやボールでグリグリするのでは
「守る仕組み」は解除することができないので"筋肉チューニング"により筋肉を緩める必要があります。

当時の私生活を振り返ると、糖質まみれの食事、睡眠不足、仕事だけでなく家でもパソコンに向かい
1日中座りっぱなしによる筋拘縮の蓄積が、慢性的な腰痛や首肩のコリを引き起こしていたと思います。

当サロンがお伝えしている「施術（セルフケア）・食事・運動」の3つのアプローチを実践してから、
以前の自分の體とは見違えるほど見た目などが変化しました。「肌の艶や表情なども変わったね」と
友人や家族からも言われるほどです。

UROOMと出会ったからこそ得ることができた"この体験"を痛みなどの不調で悩んでいる方々に
ぜひ還元していきたいという想いで、日々お客様1人1人のお身体と向き合わせていただいています。

森中 友哉 （もりなか ともや）

スタンダードセラピスト/チューニングアシスタント

生年月日：1997年8月2日
出身： 大阪府大阪市
趣味： キャンプ、散歩、カラオケ
特技：剣道、ハンドドリップコーヒー
SNS：Twitter・X（@Bushido_Shirasu）
：Instagram （imthetm_）