

命を終える最期まで自分の足で歩ける體へ ネンネンコロリから ピンピンコロリの世界へ

介護施設でよく耳にしていた言葉...

私は特別養護老人ホームと機能訓練特化型デイサービスで介護福祉士として約7年間勤務してました。

施設の利用者さんからたびたび聞こえてくる「家に帰りたい」「〇〇が痛くて思うように動かれへん」「歩きたいけど、足悪いから...」「もう歳とったらあかな〜」という声。

『年齢を重ねると必ずどこかが悪くなる』は本当？

確かに老化現象は必然的に起き、若い頃より身体が衰えるというのは絶対にあるでしょう。ですが、それとは別に身体を大きく衰退させてしまっている原因があります。

『便利』が人を退化させる

現代人は便利に慣れすぎている為に「身体を動かさない」「食事は簡単に安いもので」という方が沢山います。それに比例するように、不調を訴える方、病気になってしまう方が増えています。またその不調を解消する為に、ほとんどの方は病院の治療(投薬など)に頼るという現実がありますが...

本当にそれらの治療はあなたの身体の悩みを
解決してくれているのでしょうか？



↑フィリピンセブ島にて
現地子ども達と音楽を通して交流

プロフィール

名前：上原 新(ウエハラ アラタ)

生年月日：1993年 6月 3日

出身：奈良県天理市

勤務地：UROOM佐賀鳥栖

趣味：音楽鑑賞(クラシック・洋ハードロックなど)、トランペット、知らない所へ行ってみる

好きな曲：交響曲第5番(マーラー)

好きな言葉：明日死するかの如く生きなさい。永遠に生きるが如く学びなさい(マハトマ・ガンディー)

スッと落ち着く場所：田舎、自然が多い所

なんだかイヤな場所：人混み、大人数のお酒の席

人生の抱負：この命を終える時に自分と関わった人、物、環境の全てに「最高やった！ありがとう！」と心の底から感謝できる、誇れる人生を歩む

Twitter：[@aranomifoolish](https://twitter.com/aranomifoolish)

History (小学校～現在)

学生時代(小中高)の部活でトランペットを担当(オーケストラ・吹奏楽)

音楽系の専門学校を卒業後、介護の世界へ。

病院でたくさんの治療を受けているはずなのに利用者さんが訴える身体に関する悩みの多さに衝撃を受ける。

以来、薬やマッサージのような対症療法ではなく「根本的な治療とは何か？」と考えるようになり、医療や栄養のことを調べ始める。

その後ご縁があり、筋肉チューニングサロンオーナーの續池に出会い介護施設での約7年間の勤務を経て、筋肉チューニングの世界へ入る。



不調を作るのは自分自身,不調を治すのも自分自身

痛みや痺れ、なんだか疲れやすい…など

何か不調を感じた時、あなたはどのようにしますか？

「いろんな治療を受けるけど、何をしてもなかなか良くならない」

そんな経験はないですか？

実は不調が起きるのも、どれだけ治療しても不調が良くならないのも

全て自分自身がその状況を作り出しているのです。

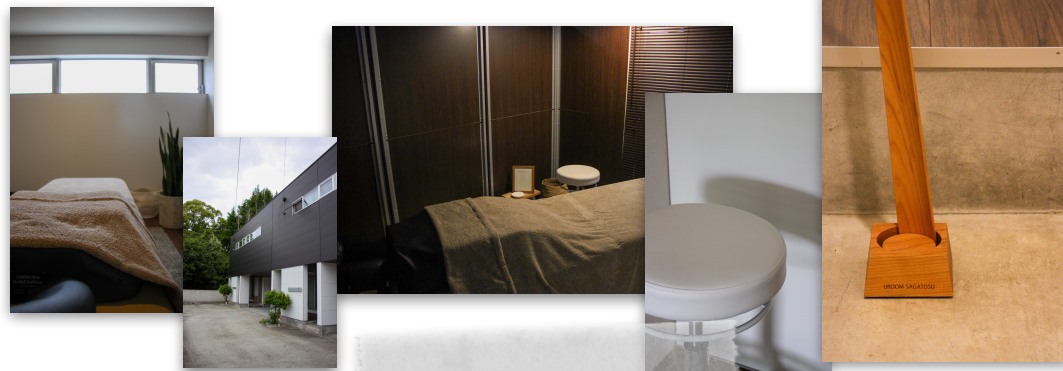
筋肉チューニングをきっかけに

ご自身の身体としっかり向き合ってみませんか？

不調を抱え続け、諦めていたあなたの『やりたい』を
身体を整え、実現してみませんか？

UROOMでは**筋肉・栄養・運動**の3つの視点から

あなたに合った本質的な不調改善をサポートさせていただきます。



Keyword

筋肉・栄養・運動