

第133回 わくわく健康研究会

免疫力をあげるには温めること！

自宅で簡単に熱を与えることができる三井式温熱治療



健康・病気・身体の事を語る時に必ず出てくるのが「免疫力」。私たちも「免疫力を上げる(落とさない)工夫を」と様々な場面でお伝えしていますが、今年はコロナ禍で、「免疫力」という言葉を今までで一番多く耳にしたかもしれません。

免疫力には運動・食生活・ストレス・住環境などいろいろな要因が関係してきます。

新潟大学医学部名誉教授だった故 安保徹先生は「自律神経が乱れる現代人は体温が低い。健康な生活を送るためにはお風呂に入るなど体を温めて血流を良くすることです。」と言ってます。

また、東京有明医療大学教授の川嶋朗先生は、「心も体も『冷え』が万病のもと。元気で長生きをしたければ、体を温めて体が冷えないようにしてください。」と言っています。

「三井式温熱療法」は、指圧とイトオテルミー療法を併用し、難病や重病の方に「熱」の効果で施術をした故 三井兔女子氏が考案し、始まりました。自律神経の「乱れ」の反射が現れる背中を中心に熱を入れることで、“心地よさ”は副交感神経を、“点で感じる熱さ”は交感神経を刺激し、自律神経の「乱れ」が改善し、体も回復していったのです。

背中の中の温熱マッサージは脳の活動にも影響を及ぼすこともわかったそうです。

温熱療法を自宅で手軽にできる「三井式温熱治療器」は、誰でも簡単に使えるように考えられています。誰もが知っている有名人もおススメしている「三井式温熱治療器」。今回は「三井式温熱療法」「三井式温熱治療器」について教えていただきます。ご自分のために、またご家族のためにお話を聞きにいらっしやいませんか？ 体感もできます。

日時：1月9日（土）午後2時から4時30分

場所：練馬区早宮2-16-37
ハイツアゼリア401

費用：1,000円

定員：10名様 お申込み
お待ちしております。



【お名前】

【TEL】

【ご住所】 〒



本物の館 TEL&FAX : 03-3931-1213