

⑪健康になるには、**コーチが必要です**



パパが見てる！コーチがみてる！

もっといい成績をだせるように…！

やったー！これからも頑張ろう！

「健康」というゴールに向かうためには、**コーチのような存在が必要です**。
一流のスポーツ選手には必ず**コーチがついています**。
それは、「客観的に自分の状態を（自分以上に）分かってくれる人が必要」＝「**正しい方向に指導**」
という側面と、「見られているからこそ真剣にゴールを目指す」＝「**モチベーションの維持**」という側面があります。

鍼灸治療における**コーチの最大限のメリットは、「体質を知っている」と「今はどこの段階にいるか」を客観的に把握できる**という点です。
山登りでいえば、「再検査の都度どこの段階にいるか分かる」というのが「**山頂があそこで、今は何合目にいる**」ということですし、「**体質を知っている**」というのが、「**今の体力レベルだとこの位のペースが良い、装備はこれが必要、休憩はいついつ取る**」という事になります。

卒業して定期的な治療が必要なくなった際は、「自分自身の進んでいる道が正しいか？」「山を下っていないか？」「より良い装備を手に入れられているか」を**客観的に見つめ直す**ために「メンテナンス」という形の「**トレーニング**」を受けられると良いですよ。
人は心が弱いものなので、**衆人環視に身を置く**事は実はとても有効で必要な事です。

