

# ⑫ 良い判断基準を持って健康維持を！！



気圧が下がってるから  
耳を刺激しなきゃ！

昨日は食べ過ぎたから  
今日は！食抜こうかな！



あれ！？クマができてる…  
今週は早く寝よう！！



皆さん良い基準が  
できていますね♪



当院で提供している1番の商品は、「1回1回の治療」ではありません。  
1番手に入れて頂きたい事は、「健康を常に自分で求められる」という「状態」です。  
もちろん「1回1回の治療」によって回復力を最大限引き出す事は提供させて頂く絶対条件ではありません。  
ただし、それ以上に大切な健康になる上での「金科玉条」をお渡しする事が当院一番の目的です。



or



or



へっへっへっ

数十年後……



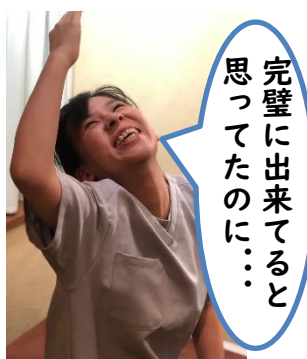
圧倒的な差だわっ！



数十年後……



日常生活は、選択の連続です。「微差の積み重ねが絶対差になる」という言葉があります。健康に関する選択：食事、嗜好品、運動、睡眠、心の持ちようなどは日々何十、何百の単位で選択をしています。  
その選択の一つ一つが、「自分の体質に合っているか」なのか「体質的に負担になる」のかが大きく左右されます。  
年単位でみると、身体には「圧倒的な差」となって返ってきます。



完璧に出来てると思っただのに……



こんなはずじゃ……

いつの間にか我流になってますね！



客観的に見てもらうと正しい方向に進めるね～♪



良い選択をしているつもりが、いつの間にか我流になる事があります。例えば、お伝えしたストレッチが正しい角度で出来ていなかったり、食事の適量がいつの間にか多くなっていたり。  
正しい選択をして、良い身体作りが出来ているかどうか、卒業後も時々検査で確認させて頂けるとより確実に健康の判断基準を持って頂けるとと思います。

※健康教室やパーソナル指導も判断力をより強化するツールになります

