

埼玉県志木市本町1-6-3
048-485-3090
くま接骨院 熊田 孝幸



“変わる”季節、でも“変わりません”

寒かった冬にもそろそろ別れを告げ、いよいよ暖かい春がやってきます。しかしどうしたことか、今年の春はいつもよりワクワク感が少ないような。消費増税や年金支給額の減額に加えて、医療費でも窓口負担割合の変更など生活に影響する制度変更が多いからでしょうか。

私たちが行う治療は副作用などが無い安全なものであり、もともと医療費そのものも病院に比べて半額程度。窓口負担額もそれほど多くありません。これからも変わらず安価で安全な医療を提供し、皆さんの健康を支えていきたいと考えています。

また、足への負担が大きいハイヒールやパンプスを履くときは、一日中履き続けるのではなくできるだけ短時間で履き替えるようにしたいですね。

革靴は履くうちに足に合わせて皮が変化するため、革靴の幅は余裕を持たさずフィットしたものを。ただし履き心地が悪いのに我慢することのないように、ワンサイズ上のもも確認する。
長く履きたいと思う方を選ぶ直感も大切。



目的に合わせて



歩きやすいのは、ひもでしっかり固定でき微妙な調整もできるひも靴。開口部が広いローファーは脱ぎ履きしやすいが靴の中で足が動き靴擦れが起こることも。脱ぎ履きが多い日はローファーにするなど目的に合った靴を。

「靴は夕方に買うといい」といわれたのは昔の話。夕方以外はサイズが大きい靴を履くことになり、靴擦れや捻挫、外反母趾悪化にもつながる。最も活動する時間に選びたい。



待ちに待った春。新しい季節に靴を新調しよう、という方もいらっしゃるのでは？ 靴は足元を支える大切なもの。見た目や機能性を重視しても、自分に合ったものでなければ足に負担を与えてしまい逆効果です。



院長からのお知らせ

4月から70~74歳の窓口負担が順次2割に

現在70~74歳の方の窓口負担割合は原則1割ですが、4月以降新たに70歳になられた方から順次2割となります。

3月末時点で70歳以上の方はこれまで通り1割負担、70歳以上でも「現役並み」所得の方もこれまで通り3割負担となります。

初めての来院時と月初めには保険証をご提示ください

受付時間	月	火	水	木	金	土	日/祝
8:00~12:30	●	●	●	●	●	●	×
15:00~19:30	●	●	●	×	●	▲	×

▲は18:00まで 休診日：日曜日・祝日 木曜日：午前中のみ受付



〒353-0004 埼玉県志木市本町1-6-3

048-485-3090
http://www.kuma-sekkotu.com

漢字小話



音読み ジュウ、ニユウ
訓読み やわ-らかい
部首 木

漢字小話

みなさんを治療する柔道整復師の「柔」。上に乗る「矛」は長い柄の先端に刃を付けた武器。その矛の柄に使う曲げやすくしなやかな木を意味する漢字です。

人の性格を表すときには「柔順」の「おとなしい」。しなやかなものが強く固いものに勝つ「柔能く剛を制す」の「弾力に富む」などがイメージできます。奈良時代以前からある音読みのニユウは「柔和」以外では見られません。

さて、4月14日は「柔道整復の日」。「柔」の漢字とともに、柔道整復のこともっと知ってくださいね★