

あなたの肩は大丈夫ですか？

◆昔から肩こりがある

◆肩が痛くてなかなか眠れない

◆仕事でパソコン作業が多い などなど…

肩の痛みで悩んでいる方、いるのではないのでしょうか？

では、あなたの首と姿勢を見てみましょう。

鏡の前に立ってみて下さい。

左の写真を見て下さい。

正常な頸椎は少し反れています。

しかし・・・

肩がこりやすい人の頸椎は、真っ直ぐなのです！

いわゆる“ストレートネック”です。

あなたの首はどうですか？

肩こりは、首だけではなく

姿勢が原因で起こる事もあります。

左の写真のように、歪んだ身体の方は

肩がこりやすいのです！

あなたの姿勢はどうですか？



(左)正常な頸椎 (右)肩がこりやすい
ストレートネック



こんな歪んだ姿勢の方は
肩がこりやすいですよ。

肩こりの方はもちろん、首が悪かった方、姿勢が悪かった方

富士宮から回復堂にお気軽にご相談下さい。 TEL 0544-24-6998