

South-Heart はキラキラ輝くキラ☆ジョ®を応援しています!

South-Heart 代表 森本ひとみ
southheartiida@gmail.com ☎0265-48-5339

キラ☆ジョ®とは、好きなこと、得意なことで社会に貢献しているキラキラ輝く女性。

『がんばる女性応援フェア Vol.8』
予告 9月20日(日) 入場無料
場所：南信州飯田産業センター (旧地場産業センター)
主催：South-Heart
きれいになる、いやされる、楽しい、おいしい・・・。
日ごろ頑張っている女性も男性も、このイベントで元気になってください。みんなを楽しくするお店が、一堂に会するイベントです。

今回ご紹介するのは、認定ボディストとして活躍中の鈴木純子さんです。お客様の心と身体に寄り添い、不調の原因を解決する彼女に、体の不調のメカニズムについてお伺いしました。

キラ☆ジョ® 通信 vol.3

鈴木 純子さん
カサハラ式フットケア
認定ボディスト
☎090-4536-8440
飯田市上郷飯沼 3634-8

生きていくと、体調を崩したり気分が優れなかつたりつて事、誰にでもありますよね。原因がわかっていて解決出来ると良いのですが、原因がわからない不調は、身体も心もきついですよね。
その不調が、もしかしたら人間の身体の土台である足裏バランスからきているとしたら？そんな皆さまの心に寄り添って、足裏の使われ方を診せていただき、ひとつひとつ解決の方法をお伝えできる様に心掛けています。生まれてきた時に備わっていた足底反射(原始反射)が裸足で過ごすことや、テコボコ道を足裏や足指をしっかりと使って歩くという必要が無くなった為退化してしまい、履物も鼻緒がついて足指がしつかり使えたものから、見た目重視のスッポリ覆う物になり・・・。
立っている時は地面についている所の面積だけで体が重力とのバランスをとり、歩いたり走ったりする時は足裏で振動を吸収し免震。足裏のしなくていい事ってスゴイです。バランスが崩れると、首や腰で補おうとする。それが不調の原因になっているかも知れません。原因のわからない不調の方、自分の足裏バランスが気になる方、いつでもご相談ください！

人間の身体のバランスの土台である、足裏の大切さを教えて、整えてくれるキラ☆ジョ®の鈴木さん。
彼女の生き方のバランスが整っているからこそお話にも説得力があり、引き込まれるんですよ。


South-Heart
代表
森本ひとみ