

Emi Times

【エミタイムズ】

46

2025/12

今日から始める『肺活』
心も体も軽やかに。

脊髄梗塞の後遺症と3年の歩み。
日々のリハビリと鍼灸で前進を続ける。



エミシア訪問鍼灸マッサージ 豊橋本店

移設のお知らせ

「元気になったよ」の言葉を
励みに、常に学び続け成長して
いきます。

かとう
施術者の加藤です



Emicia.Group

エミシアグループ

患者様について

名古屋市内にお住いの79歳の患者様

令和4年12月下旬からエミシア訪問鍼灸マッサージをご利用いただき、間もなく3年が経ちます。長きにわたってご利用いただく中、過去のエミタイムズでも取材にに応じていただきました。

前回、エミタイムズにご出演いただいたことから、1年8か月が経って改めて取材をお願いしたところ、快く引き受けてくださいました。

【病気の発症】

約4年前の12月に左肩・左腕に違和感を覚え、かかりつけ病院から総合病院での検査を促され、受診したところ即入院する事態となりました。

診断結果は『脊髄梗塞』という聞きなれない病名。

脊髄の血管が詰まり脊髄の機能が失われ、歩行困難や排泄障害などの重い後遺症が残る可能性がある病気でした。

こちらの患者様の場合、左足の麻痺が強くなり立ち上がる事もできない状況で車椅子での移動となりました。重ねて排泄障害もあり、尿の排泄コントロールが難しいためバルーンカテーテルを導入しました。

【今でも継続してリハビリに専念】

普段はベッドで過ごし移動も車いす...という、生活が大きく変わってしまったことにとても落ち込みましたが、何とか以前のようになり「自分の足で歩きたい!」という想いは強く持っていていました。

火曜・木曜・土曜は一日過ごすデイケアでリハビリ、金曜は自宅での訪問リハビリをずっと続けているそうです。

その中で、エミシアによる鍼灸マッサージを月曜・火曜・水曜・木曜と利用してくださっています。



エミシア訪問鍼灸マッサージ

豊橋下地店

中浜店から豊橋下地店へ

新規開設と本店機能移設

本店機能を新規開設の『豊橋下地店』へ
規模拡大に伴い移転します。

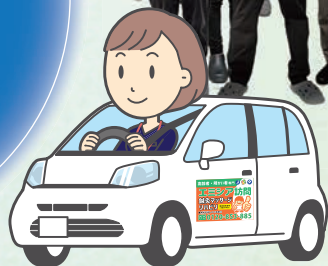


【所在地】

〒440-0084
豊橋市下地町字神田 128-6
TEL.0532-35-9418
FAX.0532-35-9428

【移転日】

2025年12月22日予定



移設期間中も訪問サービスは
通常どおりです！

ご利用者さまのスケジュールに
影響しないよう配慮しており
ますのでご安心ください！



訪問エリア・サービス内容に変更はございません

移設中も通常通り施術・ご訪問致します



【エミシア訪問鍼灸マッサージ】
愛知県豊橋市下地町字神田128-6
TEL.0532-35-9418 FAX.0532-35-9428



■移転に関するお問い合わせはこちら

☎0532-35-9418



「マッサージと鍼・灸施術を使い
分け」

マッサージ・日中のリハビリで溜
まった体の疲労を和らげたり、「自
分の足で歩く」という目標に向け
て、麻痺の残る左脚のケアをして
います。

お灸・麻痺のある左脚の血流をよ
くするため、火を使うお灸や電気
のお灸をしています。

鍼・同じ姿勢を続けていることが
らくる腰痛への治療と排泄コント
ロールの回復に向けたツボの刺
激、麻痺のある左脚の「冷え」と
「浮腫み」の改善として行ってい
ます。

【気持ちのコントロール】

体に障害が残り、どうしても暗
い気持ちになるそうです。

以前から続いているのは、自分
の部屋にブランドやオシャレだな
と感じる広告を貼って、気持ちを
前向きにしているそうです。

また、毎日、何かの予定・用事
を入れて『あえて』忙しくしてい
ます。

時々、知人との囲碁を楽しんで
いますし、毎週日曜日は奥様との

外食やカフェへ外出することで、
気分転換を図っていらつしやいま
す。

【自分の脚で歩きたい】

リハビリの甲斐があって、前回
の出演時より自宅の廊下では『伝
い歩き』ができるようになってき
たそうです。

いまの目標は「杖をついて歩け
るようになる」。自分の脚で外出
できるように、いまはリハビリに
力を入れているそうです。

そして、『膀胱を刺激するツボ
があると聞いた。鍼灸の力を借り
て自分で排尿コントロールができ
るようになりたい』という目標も
あります。

「ハルーンだと、出かけた時に
カッコ悪いでしょ」鍼灸の可能性
を信じて、鍼灸治療に励んでい
らつしやいます。

引き続きエミシア訪問鍼灸マッ
サージでは、患者様の目標やご要
望に合わせて、「マッサージ指圧」
「鍼」「灸」を組み合わせて改善に
努めてまいります。

肺を動かすことで 血流はもっと生き返る！

毎日できる基本の「肺活トレーニング」で、呼吸の質を整え、全身の巡りを取り戻す。

体のすみずみに酸素を届けるのが血液。その血液を新鮮に保つには、肺の働きが欠かせません。

肺では、吸い込んだ空気から酸素を取り込み、不要な二酸化炭素を吐き出す『ガス交換』が絶えず行われていきます。

この働きを担うのが、肺の奥にある小さな袋「肺胞」。細い血管に包まれた肺胞では、薄い膜を通して酸素と二酸化炭素が入り替わります。

しかし年齢とともに肺胞の機能が低下し、酸素をうまく取り込めなくなることも。結果、血流の質が落ち、全身への酸素供給が不足します。

そこで注目したいのが「肺活」。無意識にしている呼吸を見直し、肺をしっかり動かすことで、体全体の巡りを整える第一歩になります。

1日わずか数分でも、呼吸が整えば全身が軽くなる

A 肩まわりをゆるめるストレッチ



両足を肩幅に開いて立ち、背筋を伸ばします。両腕を頭上で交差させて手のひらを合わせ、胸を開きましょう。鼻から息を吸いながら腕をさらに引き上げ、口から吐きながら上体を前に倒します。吸いながら戻し、次は後ろ、左右へとゆっくり動かしましょう。



深く吸って、長く吐く——それだけで体は変わります。3つのシンプルなストレッチを、呼吸のリズムに合わせて。気づけば、背中が軽く、息がやさしく流れています。

B 胸をひらくストレッチ

両足を肩幅に開いて立ちます。鼻から息を吸いながら肘を曲げ、腕を外に開いて手のひらを外側へ向け、胸を広げましょう。口から息を吐きながら前腕を内に回し、手の甲を胸の前で合わせます。鼻から息を吸って、再び腕を開き元の姿勢に戻します。



C 肋骨をゆるめるストレッチ

両足を肩幅に開いて立ち、姿勢をまっすぐに整えます。胸の下肋骨を、左右から軽く手で包み込むように持ちましょう（強くつかまないよう注意）。やや上体を反らせながら、鼻からゆっくり息を吸い込みます。そのまま肋骨に手を添えたまま、少し前に傾きながら口から息を吐き切ります。鼻から息を吸って、ゆっくり元の姿勢に戻しましょう。



加藤 隆

かとう

たかし

鍼灸師・あんまマッサージ指圧師

よろしくお願いします。



令和7年10月よりエミシアに入社いたしました、加藤 隆と申します。現在は豊橋本店の訪問マッサージ事業部に所属しております。地域の皆さまの健康と生活の質の向上に少しでも貢献できるよう努めてまいります。

まだまだ駆け出しではありますが、先輩方の確かな技術と豊富な知識から日々学び、患者様お一人おひとりの状態に合わせて、的確かつ柔軟に対応できる施術者を目指しています。



満月寺浮御堂

私が施術の中で大切にしているのは、身体だけでなく心にも寄り添うことです。「痛み」や「こわばり」といった不調は、筋肉や関節の問題だけでなく、心身の緊張やストレス、不安などから生じている場合も少なくありません。そのため、訪問の際にはリラックスできる空間づくりを心がけ、穏やかな会話と丁寧な手技で、心身の両面から緊張をほぐしていくよう努めています。

休日には旅行に出かけることが多く、自然や街並みに触れることで感性を磨いています。さまざまな土地で出会う人や景色から得る刺激が、患者様とのコミュニケーションにも良い影響を与えていると感じています。

気になる点やお辛い箇所など、ぜひお気軽にお聞かせください。世間話や趣味のお話を通して、リラックスしていただける時間を大切にしています。

時には先輩方にアドバイスを求めながら、エミシア一丸となって症状の改善に真摯に取り組ませていただきます。



華嚴の滝

ビッククサノヒーロー
を讀んでください



Emicia Group



エミシア
訪問鍼灸マッサージ

☐ 豊橋本店 **移転新店舗** (管轄：豊橋中浜店・新城店・蒲郡店・浜松北店)
〒440-0084 愛知県豊橋市下地町字神田 128-6
TEL:0532-35-9418 FAX:0532-35-9428

☐ 名古屋店
〒466-0855 名古屋市昭和区川名本町 1 丁目 45
TEL:052-439-6070 FAX:052-439-6071

☐ 一宮店
〒491-0847 愛知県一宮市大和町宮地花池出町裏 10-1
TEL:0586-85-6677 FAX:0586-85-6687

☐ 春日井店
〒486-0845 春日井市瑞穂通 4 丁目 45
TEL:0568-27-8911 FAX:0568-27-8921



エミシア
鍼灸接骨院

☐ 豊橋中浜院 ☐ 交通事故治療センター
〒441-8065 愛知県豊橋市中浜町 219-42
TEL:0532-35-9408 TEL:0120-35-9408

OPEN 予定

☐ 豊橋下地院
〒440-0084 愛知県豊橋市下地町字神田 128-6
TEL:0532-26-5881



脳梗塞リハビリ回復センター
Stroke Rehabilitation Recovery Center

☐ 豊橋中浜店
TEL:0532-35-9438

OPEN 予定

☐ 豊橋下地店
TEL:0532-26-5882



老人ホーム紹介センター
エミシアHOME
高齢者の住まい選びをサポート

☐ エミシア HOME
東三河エリア：TEL:070-9352-7588
名古屋エリア：TEL:090-3619-8204

