

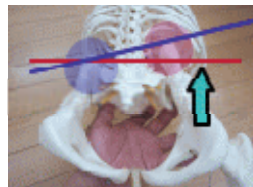
# 3, 骨盤の歪み①

「〇〇さん。今日はおしりが下がってるね。」かなざわ整骨院で日常的に交わされているこの会話。・・・一体どんな状態のことなのでしょう？そんなに頻繁におしりの形って変わっているの？

来院された方には解りやすく状態をお伝えしている(つもり)ですが、このイメージはとても大切なところなので2回に分けてお伝えします。骨盤はいくつかの骨が集まって出来ています。骨が集まる場所には必ず関節があり**可動性を持っています**。

一見ドシッと固まっているかのように思われがちですが、変化が目に見えて解りにくいだけでよく動く関節を持っています。骨盤は以下のように動きます。

## ①右側がおなかの方(前方)へズレた状態



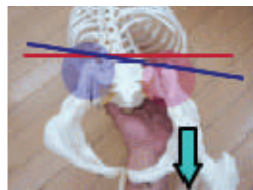
ズレた側が後ろの方へ出てきます

## 普通の状態



骨盤を下から見たところ。  
(〇印と線の部分に注目)

## ②右側がおなかの方(前方)へズレた状態



ズレた側が前の方へ出てきます

## ③ねじれた状態



一番多いのがこのパターン。  
骨のズレはありません。  
しかし**骨盤の形が変化しています**。

次回はこのように骨盤が動いた時、実際私たちの姿勢はどのように変化するかをお伝えします。私たちはおしりが「下がっている」とは言いますが「タレている」とは言っていません。その意味を理解して頂けることでしょう。

## かなざわ整骨院インフォメーション

ホームページの「**健康通信配信申し込み(無料)**」から登録していただければ、毎回最新号発行時にメールにて配信致します。(バックナンバーもご覧いただけます)

ホームページは「**かなざわ整骨院**」で検索できます。

## 診療時間

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前8:00-12:00	○	○	休診	○	○	13:00まで
午後16:00-20:30	○	○	休診	○	○	休診

※日曜・祝日は休診日です。

## お問い合わせ

通話料無料0800-123-0222 電話・FAX 06-4809-3933

待ち時間が気にならない予約優先制を導入しています。ご予約は受付まで。