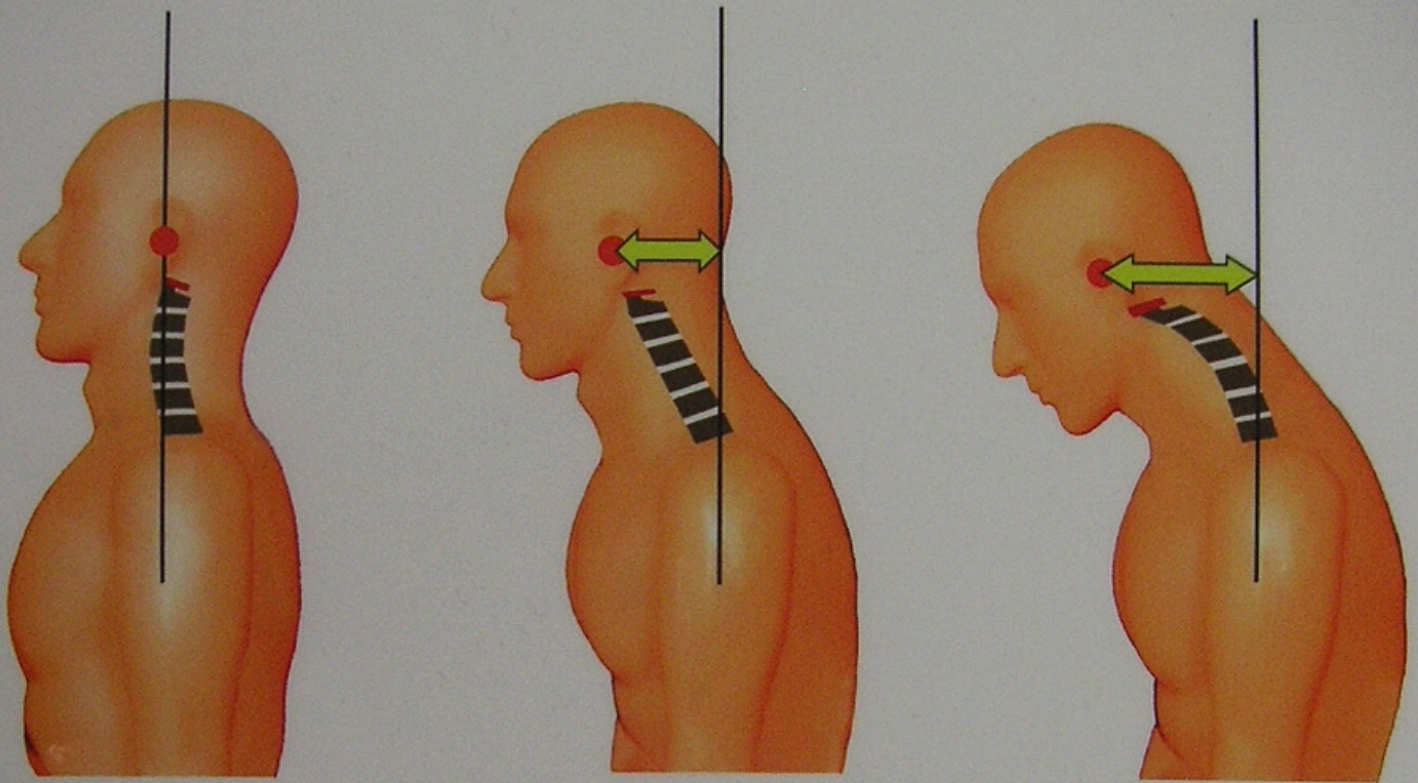



# 健康のキー・ポイントは **首!!**

耳と肩のラインは揃っていますか？



理想的な首のカーブ

上部頸椎  がズレると耳●と肩のラインが離れる

※上部頸椎とは第一頸椎・第二頸椎のこと

## 首（上部頸椎）が安定すると・・・

- ☆延髄から出る副交感神経の働きが正常になる
- ☆首の血流が良くなると、脳の血流も良くなる
- ☆脳からの神経伝達が改善され、自然治癒力を十分に発揮出来る
- ☆基礎体温が上がり、免疫力が向上する
- ☆姿勢が改善し、歩行が楽になる
- ☆体調が良くなる
- ☆気持ちが前向きになる