

《 陶板浴体験談集 》

* 今日初めて健者館に来た。はじめは、どんなものかと思ったけど、ハウスダストも舞ってなくて室内にいただけで体がポカポカした。また来たいと思います。

(柴田 瞳様)

* 初めて陶板浴を経験しました。温かく気持ちよく、吸込まれるように寝入ってしまいました。汗をかいて気持ちよかったです。しょっぱくない汗って初めてです。終わった後、体がさっぱりして快適でした。

(那覇市 島袋 勉様)

* 今日で2回目です。夫婦で来ています。この間とても気持ちがよく、疲れが取れたので、今日来ることをとても楽しみにしていました。肩こり症、腰痛も本当に楽になりました。外で売っている野菜を買うのも楽しみです。(43歳 女性)

* ここ何年と、仰向けに寝れなかった(天井を見ると、吐き気、めまい)。ここ2・3回入浴したところ、仰向けに寝れるようになりました。健康館のお陰です。ありがとうございます。これからも利用したいと思います。(48歳 女性)

* アトピーで、腕時計ができませんでしたが、5回入浴してからは、痒みが取れ、湿疹もとれました。お陰様で今は快適です。(57歳 男性)

* 温かいエコウインの気持ちよさと、陶板浴のリラックス効果がとても気持ちよかったです。時計の針の音と、落ち着いたBGMにとても癒されました。体がいつまでもポカポカとして快適。日々の疲れを取る事ができました。(19歳 男性)

* 体調が良くなかったのですが、試しに来たのですが、翌週から元気が出てきて、すっかり良くなりました。後日。職場の方々にも勧め、一緒に来たら、皆さんに好評でした。(38歳 橋本様)

* 本日で3回目、入浴いたしましたが、汗が1回目より2回目、2回目より3回目と10分くらいから吹き出て、体が軽くなるのが目に見えて感じられました。1ヵ月後は、どんな体感ができるか楽しみです。(78歳 老々)

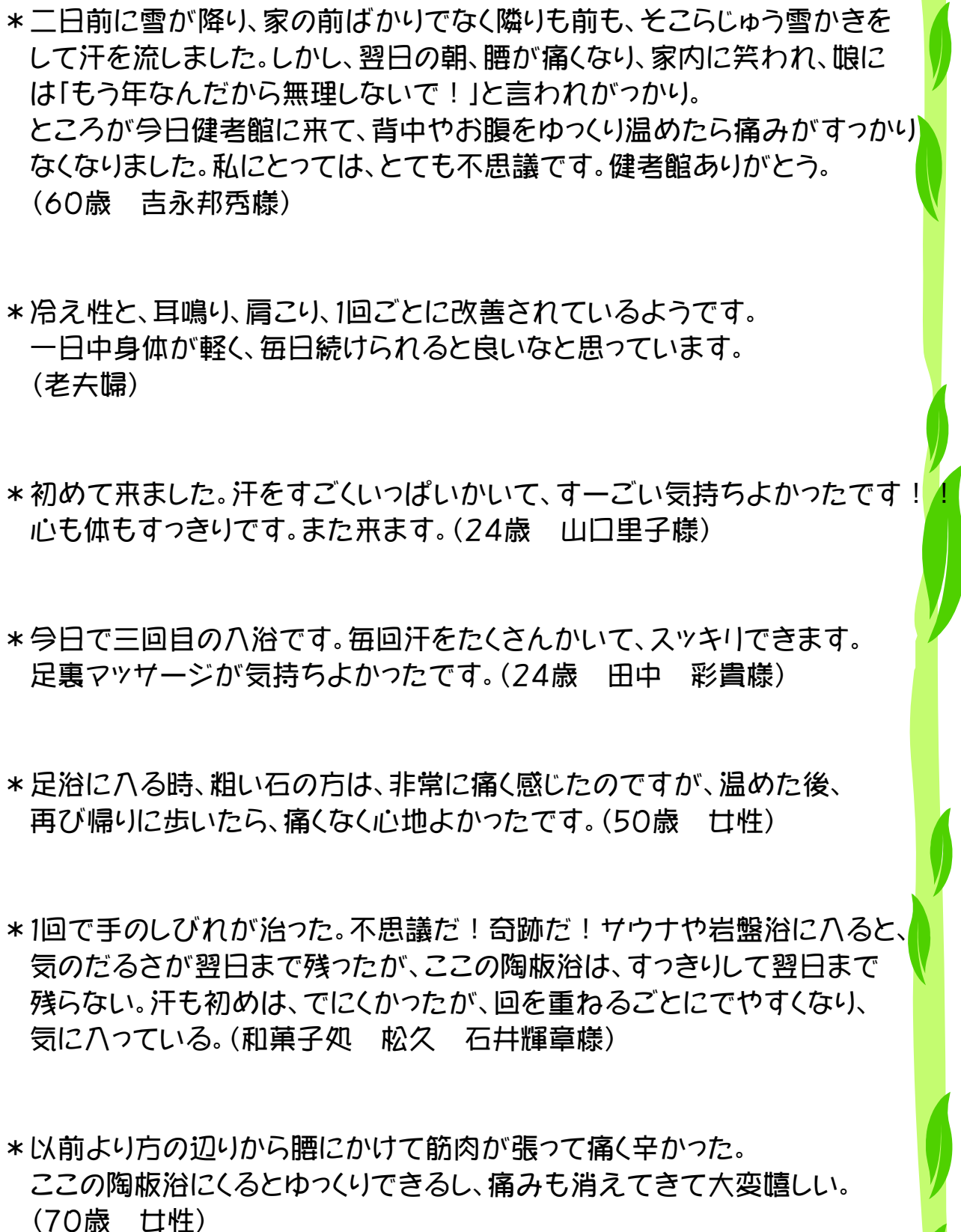
* 本日で8回目(1/13)です。一年前から左肩が痛くて、下着もあげる事ができませんでした。しかし、お正月からあげる事ができるようになり、とても感謝しております。午前中にここに来て、午後からウォーキングをすると体が軽く、速く歩く事ができます。(71歳 平野様)

* 今日何気なく立ち寄った。足のマッサージを20分受けた。すごく気持ちよくて、また来たいと思う。

* 初めての体験で、良い汗をかきました。体中の血液が、綺麗になったような気がしました。お腹がグルグルいいたしたので、その証でしょう！また是非来たいと思います。(船橋市 能勢様)

* 1回、2回、3回と来るごとに効果がでてきました。汗もだんだん、おでこ、背中、足の裏までかくようになりました。これからもどんどん来ようと思います。(松戸市 石塚様)

* 本当に気持ちいいですねえ〜。主人がほついたら昼過ぎまで寝ているので、たたき起こしてきました。約1時間くらい入って出てきたら、気分も爽快！本当に来てよかった！主人も来てとても気持ち良かったといっています。朝寝坊していたら、今度は一人で来ようかな…。(43歳 女性)

- 
- * 二日前に雪が降り、家の前ばかりでなく隣りも前も、そこらじゅう雪かきをして汗を流しました。しかし、翌日の朝、腰が痛くなり、家内に笑われ、娘には「もう年なんだから無理しないで！」と言われがっかり。ところが今日健考館に来て、背中やお腹をゆつくり温めたら痛みがすっかりなくなりました。私にとっては、とても不思議です。健考館ありがとう。
(60歳 吉永邦秀様)

 - * 冷え性と、耳鳴り、肩こり、1回ごとに改善されているようです。一日中身体が軽く、毎日続けられると良いなと思っています。
(老夫婦)

 - * 初めて来ました。汗をすごくいっぱいかいて、すーごい気持ちよかったです！！心も体もすっきりです。また来ます。(24歳 山口里子様)

 - * 今日で三回目の入浴です。毎回汗をたくさんかいて、スッキリできます。足裏マッサージが気持ちよかったです。(24歳 田中 彩貴様)

 - * 足浴に入る時、粗い石の方は、非常に痛く感じたのですが、温めた後、再び帰りに歩いたら、痛くなく心地よかったです。(50歳 女性)

 - * 1回で手のしびれが治った。不思議だ！奇跡だ！サウナや岩盤浴に入ると、気のたるさが翌日まで残ったが、ここの陶板浴は、すっきりして翌日まで残らない。汗も初めは、でにくかったが、回を重ねるごとにでやすくなり、気に入っている。(和菓子処 松久 石井輝章様)

 - * 以前より方の辺りから腰にかけて筋肉が張って痛く辛かった。ここの陶板浴にくるとゆつくりできるし、痛みも消えてきて大変嬉しい。
(70歳 女性)

* トイレが近かったが、陶板浴を試したところ、よくなったので、友達にも紹介したい。(椎名様)

* EMボディーソープ・シャンプーを使用して一ヶ月程たちます。
お風呂場にカビが生えなくなり、排水口のヌメリもでなくなり不思議ですね。
固形の石鹸でも同じなのか、買って試してみます。(杉浦様)

* 陶板に寝ている時に、はじめは腰が伸びず横向きになつたりしていたのですが、何回か来ているうちに腰がのびて仰向けになつて寝ることができるようになりました。(石塚様)

* 手術で胃の一部、十二指腸を摘出したが、陶板に入った途端、お腹がグーグー鳴り出した。とても気持ちよく、身体が軽くなり、飛んでしまいそう。
(50歳 女性)

* 陶板浴に来ると、アトピーの痒みが2日間は治まるのが分かっているので、小学生の子供だが、じつと我慢して入っているのです。(子供連れの母)

* 今年も憂鬱な花粉症の季節になりましたが、陶板浴のお陰か、今年は、目の痒みも、くしゃみも、ほとんど無く過ごさせていただいています。
(60歳 男性)

* 今日で3回目の入浴。入浴後の爽快感は最高です。身体もいつまでも温かく、手足の指先までしっかりと血液のめぐりの良さ、を実感しております。
腰痛持ちの為、勧められ入浴を始めましたが、十分な効果を得る事ができました。何か良い事がありそうな気持ち！今後も入浴を続けてまいりたいです。(50歳 大木保幸様)

*嬉しい！33歳から25年間苦しみ続けた花粉症が治った。今日も花粉量がレベル4なのに何ともない。不思議だ。身体によくない薬、注射から開放され、目のかゆみ、鼻詰まり、鼻水、くしゃみ、アレルギー喘息が出ない。ありがたいなあ。この健考館って。(58歳 E・T)

*岩盤浴と違い、湿気の少ないカラツとした室内で、とてもリラックスできました。足の血流が悪く、冷え性で困っていましたが、陶板浴から出た後も足が冷たくならず、夜布団に入っても、全く寒くなかったのが驚きました。次の日も元気いっぱい働くことができました。ロビーにある花と卵にも驚きました。(岩手県 近江 兼利様 36歳)

*仕事納めの午後、友人の勧めで来館しました。ここ2・3日腰痛で悩んでいました、陶板浴に40分入ってビックリ！痛みがすっかり取れました。不思議ですね。再度入りたい。家内も連れてきたいです。設備がまたまた良いですね。木の香り、その温もり自然素材に心まで宥らぎました。足がる屋に寄って20分揉んでもらいました、とても上手！！それに倅い！！今日は最良の日。感謝、感謝です。(稲毛市 吉永邦秀様)

*とても暖かく、すがすがしい気分で、疲れがとれました。遠赤外線により、あがったからも体がポカポカしています。大量の汗が出て、それにさっぱりしていたので、不思議に思い、癒されました。また、エコウインには、とても驚かされました。どちらも放射によって室内や体を暖めていたことに気づきました。(熊本県 村上様)

*先日、南波先生の「セルフ整体」に参加しました。「姿勢を良くすれば健康になる」加齢と共に姿勢が崩れ、格好も悪くなり、体の不調も加速中です。75歳ですから。それがセルフ整体で見違えるようになった！とまではいかないまでも、続ければ格好も良くなって、健康になれる！そんな自信を感じました。目から涙ではなくウロコでした。
(大沼様 75歳)

*私は、代々江戸っ子で(9代目)、田舎がありません。

常々田舎へ帰られる方々が羨ましいなと思っておりました。

この健考館の社長さんは、心優しく元旦よりご馳走になり、ここが田舎の様な気がします。来年もお正月は、ここで過ごしたいです。

さて、私は小さい頃より冷え性で、手足が冷たく、夏でも水は飲まないで、ぬるま湯を飲んでいるくらいです。いろいろ健康食品とか水とか良い物を使っていますが、なかなか良くなりません。12月11日健考館にうかがったのが、最初で、入浴して40分くらいかかって汗がでてきて、全部で1時間入っていました、週2・3度通ってみたら5回目位で、30分で汗が出るようになり、今年になって毎日伺っているせいか20分で汗が出ますので、全部で40分でよいようになりました。

体が温かく湯冷めが無く、家に帰ってから仕事ができます。それと、疲れが取れていくのがわかります。まだ冷え性はよくなっていませんが、続けて行くうちになくならないと思います。ずーっと続けていきます。

(自称35歳 山本満里子様)