



「あなたの当たり前は、誰かの魅力かもしれない…」

# 大田原通信

大田原市移住・定住交流サロン通信

地元の良さ、再認識



大田原に住んでいる私たちが「当たり前」と思っていること…。それが移住してきた人にとっては「魅力」に感じられています。この通信では、そんな大田原の魅力について、毎月1回お伝えしています。

## 治癒力を呼び起こそう

— カイロプラクター —

すずき みみこ  
鈴木 御神子さん

『健康第一』。わかっているけど、日々に追われて痛みを我慢したり、症状がひどくなってから病院に行っていないませんか？今回は身体を根本からケアするカイロプラクティック『ミミクリリ。』の鈴木さんのお話。コロナ禍と言うこんな時代だからこそ、お医者さんいらずの健康な身体でいるために普段から整えよう！そう思えるお話です。



中医学や薬膳の知識も持つ鈴木さん。ていきます。」

### ●カイロプラクティックとは

鈴木さん—「カイロは『手』、プラクティックが『技』という意味で、背骨と骨盤を手で矯正していく治療法です。リフォームして外見がきれいな家でも、柱とか基礎が歪んだままだと、ひずみで傾いた家になってしまいますよね。それと同じで、根本になっている骨の状態を正しい位置に持っていく。そこに運動、食事、物理療法を合わせて整え

### ●カイロプラクティックとの出会い

今の店舗でカフェと料理教室を開いていた鈴木さん。並行して働いていた農場での出来事が人生を後押しする。

鈴木さん—「農場のオーナーが膝を悪くしてしまって。病院に行っても良くなならないし、大変だなと。そんな時、20年以上カイロプラクティックをやっている友達に久しぶりに再会して『ちょっと勉強してみたら？』って言われて…。そこから勉強し始めて資格を取りました。」



音楽が流れ、リラックスした状態で施術が受けられる。

### ●諦めずにやってみる…背中を押されてわかったこと

そして、昨年9月にお店をオープン。

鈴木さん—「何事も新しいこととか、見通しが立たないことをやるのって踏み出せないじゃないですか。意外と同じ所にいる方が楽なので…。でも、何か決断して始めると自分の知らない世界が広がったり、出会いも多くなりますよね。当時はお店を開くにはまだ早いと思っていましたが、今はオープンしたこと、背中を押してくれた方たちに感謝しています。できないって言いがちだけど、1%でも可能性があるなら、諦めずにやるって大事だなと思います。」



古民家を改装し、アンティークの家具で統一された素敵な雰囲気。



## ●一人ひとりに合わせてお伝えするトータルケア

鈴木さん自身、カイロプラクティックを学び始めて、疲れやすかった身体が変化し、体力がついたと言う。

鈴木さん「運動、食事、睡眠。シンプルにそれが整ってくると身体ってすごく変わります。カイロプラクティックは施術に来て終わりではなく、ちょっと運動して血流を良くしたり、身体の修復を促すホルモンが夜に出るので、寝る環境を整えたり。何より身体のベースとなる食事はすごく大切。身体に入る栄養素が変わると身体って元気になるんですね。歪みって毎日の動きで作られていくので、お家でのケアも患者さん一人ひとりに合わせながらお伝えしています。」



施術だけではなく、食事や睡眠についてもわかりやすく教えてもらえる。

## ●身体ってすごい！

鈴木さん「階段を上がれるようになったとか、家に閉じこもっていたのに散歩できるようになったというお話を患者さんから聞くと感動します。身体ってすごい。治癒力は自分の身体に備わっているのだから、それを呼び起こすのは皆さん自身です。こちらは『こうすればこうなる』というのを提供するだけ。骨格を整えることで、身体の動きってこんなに変わるんだということを実感してもらえ、機会を増やせたらいいなと思いますし、それを伝える力をこれからも積み重ねていきたいと思っています。」



### 地域おこし協力隊 白井が行ってきました

丁寧に説明してもらえるので、安心して施術を受けることができました。前屈しても手が床につかなかったのが、つくようになってビックリ！骨盤の位置が整うってすごい！と体感しました。『カイロプラクティック』と言うとバキバキと音を立てるイメージがあったのですが、そういう施術ではないので、初めての方にもオススメです。

トータルケア  
カイロプラクティック  
ミミクリリ。

大田原市美原1-3-16  
Tel : 090-4969-0081  
<完全予約制>

※営業時間等はお電話でご確認ください。



取材した方に聞きました

### 「あなたの好きな大田原」

お店の庭に置かれたガーデンテーブル。「ここで本を読んだり、お茶を飲んだりしながら過ごす時間が好き」という鈴木さん。



「空き家のこと、考えてみませんか？」



## 空き家バンク

「空き家バンク」は、所有している空き家の情報を登録していただき、利用したい方に情報提供する制度です。

詳しくは下記の担当課にご連絡ください。

建築住宅課 Tel : 0287-23-1916

お問合せ

大田原市の移住相談窓口

### 大田原市移住・定住交流サロン

大田原市本町1-4-1 大田原市役所A別館2階

Tel : 0287-23-8794 (平日/9:00~17:00)

Mail : salon@ohtawara-ijyu.jp



大田原の暮らし、地域情報など発信中！

担当課：大田原市役所 総合政策部 政策推進課