



エゴスキュー通信

驚異のデモンストレーションセミナー 報告



10月に東京上野にて、エゴスキュー本社のトップセラピストを迎えての、驚異のデモンストレーションセミナーが開催されました。今回も200名以上集まったこのイベント。会場では驚きの大変化が続出！その一部をご紹介します。左の写真の女性ですが、ひざ痛でびっこを引いていましたが、トップセラピストのブライアンから言われた2～3種類のエクササイズを行っただけで、まっすぐに歩けるようになり、会場の皆さんも拍手喝采。写真は嬉しそうにまっすぐ歩いている様子です。



写真左下の白いTシャツの女性は、はじめ腕を上げることができなかったのですが、数個のエクササイズをただけで、腕が上がるようになり、本人も大喜びでした（右の写真）。また、ここには書ききれませんが、他にも同じ様な程の驚きの大変化を多数、見る事ができました。人間の体には治る力が備わっているということを改めて実感しました。

ごあいさつ

こんにちは！エゴスキュー・ジャパンの水島です。今年も早いもので、残り2ヶ月となりましたが、いかがお過ごしでしょうか？

エゴスキューの最新情報をお伝えするために、今回から不定期で「エゴスキュー通信」を発行していくことになりました。皆さん、どうぞよろしくお祈りします！



腕が上がるように！

パッチ・フィットネスセミナー 報告

大自然の中で楽しく体を動かすだけで心も体も大好転する大人気のこの合宿セミナーが、群馬県の尾瀬岩鞍スキーリゾートにて開催されました。総勢60名、下は3歳から上は80代女性まで様々な年齢の方が参加。参加者の皆さんから「最高に楽しかったです！体って本能的に自然を求めているんだなーと、つくづく思

いました！」「紅葉を愛でながら、新鮮な空気を吸い、大自然の中で伸び伸びとするパッチは、身も心も解放してくれる素晴らしいものでした。」「初参加でしたが、たくさんの笑顔とフレンドリーな雰囲気と、来年は家族といっしょに参加したいと思いました。」などと、喜びの声がたくさん届いています。



ぎっくり腰やしつこい腰痛を解消し、夢のホノルル・マラソンを完走！

平成22年3月の定年退職を機に、私はかねてからの夢であった「ホノルルマラソン」への挑戦を、いよいよ現実に移そうと決意しました。しかし、4月29日に参加したマラソン大会で、走っている途中に大腿部が痛みだし、その痛みが取れないまま、5月に行われた大会ではわずか1.5キロでリタイアしてしまいました。

またここ数年、約2ヵ月周期でぎっくり腰になり、腰痛が続くこともしばしばでした。一度起きると痛みが治まるまでには、約2週間かかりました。鍼と電気療法、また、マッサージによる対症療法で痛みは治まっても、腰の張りはとれず、また、痛みがようやく治まって2ヵ月も過ぎた頃には、また発症……、と、その繰り返しでした。

そんなこともあり、「やはり『ホノルルマラソン』なんて、自分には遠い夢にすぎないのだろうか……」と思い始めていた、6月頃のこと。「腰痛」をキーワードにインターネット検索していると、「エゴスキュー」という言葉に、はたと目が止まりました。

そのDVDの内容に従ってコツコツと運動を続けていたところ、わずかひと月、7月上旬には痛みを



ついに長年の夢を叶えた、金枝好光さん（栃木県烏山市・60歳）2010年12月のホノルルマラソンで。金枝さんにとって初のフルマラソンでしたが、見事に完走！さらに次なる目標に向かって、「エゴスキュー」と二人三脚で邁進中！

感じなくなってきました。そうして8月1日の日光杉並木マラソン10キロの部で、タイムはともかく、「完走できた」その感激は、今でも忘れられません！

その後、更なる改善のために、8月にエゴスキューの個人セラピー申し込みました。そのときにはまだ、今年のホノルルマラソンは断念しようと思っていた私でしたが、エゴスキュー・セラピストの方から、「金枝さん、大丈夫ですよ。ホノルルに行きましょう！」との励ましを受けました。その言葉に背中を押され、私は、「もし走れなければ、観光だけでも……」そんな気持ちで、とうとうホノルルマラソンの申し込みをしたのでした。

こうして迎えた、12月のホノルルマラソンの本番。実は、フルマラソンへの挑戦は、このホノルルマラソンが初めてだった私——。初めてのフルマラソンを海外で、というのは、まさに冒険でもありました。

実際、30キロ過ぎからこれまで経験したことのない苦痛に見舞われました。そうして35キロを過ぎる頃には、ほとんど歩いてしまっていました。しかし、それでも何とか、ゴールに辿り着くことができました。

5時間13分17秒——ゴールの瞬間、これまで支えてくださった方々の顔が次々と浮かんできました。「皆さん、ありがとうー！」、心の中で叫びました。



金枝さんの「夢実現への第一歩」となった、「エゴスキュー・腰痛解消プログラムDVD」。2枚組DVDとA4判テキストで、即効で腰痛や様々な腰の症状・問題が解消するエゴスキューの運動プログラムを、懇切丁寧に、分かりやすく解説。※写真はすべてイメージです

【エゴスキュー通信編集部】

〒461-0001

名古屋市東区泉一丁目22番29号

ストークビル久屋3F

株式会社エゴスキュー・ジャパン内

TEL：052-961-3150

FAX：052-961-3152

URL：<http://egoscuejapan.com/>

E-mail：info@egoscuejapan.com