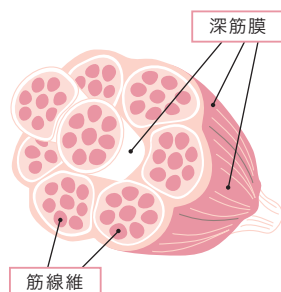


私たちのカラダに存在する「筋膜」の役割

「筋膜」は全身に存在しており、全身を包むように皮下に広がって存在する浅筋膜と、骨や腱、筋肉、各種臓器、血管、神経を包むように存在している深筋膜があります。

筋膜はコラーゲンとエラスチンを多く保有、網の目のように張り巡らされ、よく伸縮し、多重層構造でとても丈夫です。組織と組織がお互にくっつかないように包み、筋肉や腱に連結し、組織や臓器を正しく収め、臓器を保護する役目も果たしています。

このように全身を覆い、姿勢維持の役割もあり「第二の骨格」とも呼ばれている筋膜は、感覚器官としての役割、リンパ管や免疫細胞も存在し、新陳代謝や免疫システムにも関与するなど様々な役割を果たしているのです。



また、小さな筋繊維から大きな筋肉までを覆い、筋肉や骨は筋膜を通じて全身繋り、その繋がりのことを筋膜ラインと言います。筋膜ラインは身体のバランス維持に大きな影響を与えますが、長時間の同じ姿勢継続などの圧迫で、血流が悪くなり、筋膜にシワが生じると同じ筋膜ラインの別の部位に影響を及ぼします。つまりデスクワークだったり、極端に運動不足な生活を続けていると【肩こり】や【腰痛】のような軽い症状だけではなく、部分的な癒着は全身に影響を及ぼし、骨格の捻れ、ゆがみや様々な痛み、あらゆる重度不具合を引き起こします。

定期的な筋膜の調整(メンテナンス)をすることで、全身の筋膜のシワ(癒着)を取り除き、全身のバランスが保たれ、様々な症状の慢性化、重症化することを防ぎ、不具合を改善していきます。

🏠 “おうちでリリース”できるセルフケア!

ぜひ
チェックして
ください!

YouTube

チャンネルはじめました!



NEXT NOTICE 次号の予告

- お得なイベント情報
- スタッフ Blog (田中・吉澤)
- 筋膜リリースについて
- お客様の感想
- お店の情報

ACCESS/CONTACT アクセス・お問い合わせ

疲労ぬき筋膜整体よしざわ

〒487-0034

春日井市白山町 5-16-5

メゾネットエーデルワイス 203

TEL・FAX 0568-52-2225

公式 LINE@で直接お問い合わせ可能です

※QRを読み取って友だち追加をしてください →



お友達登録
よろしく
お願いします!

SNS

SNSを通して皆様に
様々な情報をお知らせします。
是非チェックしてください!

Facebook



Instagram



ホームページ



こちらから
Web予約も
できます!