

健康はまず自然治癒力を 高めることから

我々の体は血液循環によって新陳代謝がなされています。血液（動脈）は新鮮な栄養物や酸素を体の隅々に運び、また体にとって不要なものや有害なものも血液（静脈）によって排出されます。従って血液がよりスムーズに循環すれば、新陳代謝が促進され個々の細胞は活性化し自然治癒力も存分に働くようになります。

健康な人は、血流が滑らかで常に一つ一つの細胞に酸素や栄養物が行き渡っています。しかし病気になったり慢性的な身体への負担が蓄積されると、さまざまな身体機能の低下が始まります。血流が悪くなり、細胞が必要とする酸素や栄養物が運ばれなくなり、内臓諸器官の活動がどんどん低下してしまいます。

身体機能の回復は、 血流改善から



この一度低下した内臓機能を回復させ病気を克服するには、血液とその流れを改善することが大切です。血流が良くなると細胞は活性化し、体の自然治癒力（免疫力など）が高まり、病原体などを撃退しやすくなるからです。

内臓機能の低下など身体に起こっている異常状態を、回復させることが真の療法（根治療法）と言えると思います。

副作用が無く、身体機能を回復させる一つの方法が自然界にある温泉の利用です。自宅で効果的に温泉に浸かることで、血液の循環を良くし、低下した身体機能（免疫機能・ホルモン生産機能・自律神経など）を高めていきます。そうすることで、その人自身が持っている自然治癒力を高め病気を消退させ健康な体を作っていくのです。

湯治は不思議な力？



西洋医学では完治しないと診断された病気が、温泉湯治によって回復したという例は今までに数多くあります。

温泉療法は薬を使う薬理治療のように病気のウイルスを直接撃退しません。が、ウイルスと闘う体本来の力（自然治癒力）を高めることができ、たからでしょう。

そして、それらは決して奇跡的なことではなく、このような温泉のさまざまな効果が身体に作用し回復に至っていると考えられるのです。



生徒募集！

カルチャー倶楽部

マーメイドタウンで
学べる、体験できる。

青山バレエスクール

クラシックバレエの技術修得と心身鍛錬、「和」を尊び円満な人格を養うことをモットーに指導します。

青山綾子

和歌山県西牟婁郡白浜町2578-42

0739-43-8389

090-4277-6101



飯田深雪アートフラワー

マーメイドタウンの風光明媚な場所で野山や庭に咲くお花を白い布から染めて、一緒に楽しく作って見ませんか。

本部指定 小原昭子教室

和歌山県西牟婁郡白浜町2578-45

(0739) 43-1022