



弥生台 TRY BOX TIMES

「カイロプラクティック」とは…?

記者…「カイロプラクティック（以下、カイロ）」とはどのようなものなのか？ 全体も同じくからだの不調をみるイメージがありますが、カイロとはまた別のものなんですか？
いとうさん…例えば、膝が痛かったら「整体」は不調のある部分しかみないんです。一方、「カイロ」は不調のある部分だけではなく、全身の骨の歪みを整えていきます。実は、膝の痛みって、80〜98%は骨盤の歪みが原因だったりするんですよ。

記者…どんな悩みがあれば、まず初めに骨盤の歪みから整えていくのですか？
いとうさん…そうですね。例えば「猫背が悩みです」という方もまずは骨盤から整えていきます。そうしないと、猫背は解決しても、その後他の不調が出てきたりもするんですよ。

記者…通われている方は、どれくらいの年齢層の方が多いんですか？
いとうさん…最高87歳の方です。今通ってくださっている方は年齢はバラバラで40代もいれば10代の方もいます。高校生の方も通っていますよ。

記者…幅広い年齢層なんですね！
いとうさん…骨を作っているカルシウムの量は、18歳で確定してしまうんです。18歳以降は、緩やかに下がりが続きます。その後、更年期ごろにさらにガクッと下がります。体の土台となる骨盤が歪んだまま生活すると、筋肉の付き方も変わってしまうので、体へ届くカルシウム量も変わってきます。骨盤の歪みが影響したカルシウム不足が原因で、骨が神経を圧迫していることもあるので、どんな不調も骨の不調がめぐりめぐって原因となっている可能性があります。

記者…骨の不調が全身の不調の原因になりうるなんて、思いもしなかったです…！

カイロを始めたいきっかけ

記者…いとうさんは何をきっかけにカイロを始めたのですか？

いとうさん…もともと介護の職についていたその側、美容業界で11年ほど勤めていました。美容の仕事もヘルパーの仕事も体に触れる職なのですが、根本的に身体の悩みを解消しているという体感がなくてピンとこなかったんです。そんな時にカイロの先生と出会ったんです。

記者…どのくらい前カイロをに始られたのですか？
いとうさん…カイロの存在を知ったのは8年前で、実際に初めたのは6年前になります。表面的な解決だけでなく、全身の骨を根本的に解消していくカイロに魅力を感じて続けています。

記者…これからの目標はありますか？
いとうさん…健康を目指す仲間が欲しいなと思っています。そのためにもっともっとカイロを知ってもらいながら、活動していきたいと思っています。カイロは家庭内健康法のひとつなので、一家に一台、カイロプラクターみたいな感じでセミナーなどに一緒に行ける仲間を増やしていきたいですね。

記者…いとうさんは、ご自宅でも施術をされているとのことでしたが、弥生台 TRY BOXとの客層の違いはありますか？
記者…自宅は、ザ・自宅な環境でやっているの（笑）ご近所さんだったり、自宅の方がくつろげると言ってくださって通っている患者さんもいます。そんな環境もあって、基本的には口コミで広がっていききました。弥生台 TRY BOXは、店先の看板や店の中でストレッチしているところを見て興味を持ってくださる方が多いです。駅から近いので、こちらの方が通いやすいと言われる方もいますね。カイロは、継続してくれるとより効果

が出やすいので、それぞれの楽しみ方や通い方があるのかな、と思います！

弥生台 TRY BOX のプレイスメイキングキットは、使い方もいろいろ！

弥生台では、紙管と木でできた弥生台オリジナル家具は、内部をカスタマイズするツールとして活躍中！
こつこつカイロさんでは、施術台として利用いただいています。



上級カイロプラクター いとう ようこ
神奈川県出身。幼少期は身体が弱く、病氣、手術をするなどの体験あり。20代は写真の仕事をする。その頃から健康に興味があり。ヘルパー、個性心理学、美容アドバイザーをしていた時にカイロプラクティックと出会う。カイロプラクティックを知ってもらい、一緒に活動する仲間を募集中。
カイロプラクティックを知ってもらい、カイロの1日セミナーでカイロプラクティック体験。美容に興味がある方は美容カイロ1日セミナー体験も募集中。
体験後、ライセンスを取得し、活動している先生は多数います。

料金形態

お試し 3300円
1回 8000→6000円 *初診料 2000円サービス

回数券

3回 15000円 (1回あたり 5000円)
5回 22000円 (1回あたり 4500円)
7回 27000円 (1回あたり 4000円) 他

回数券はサービス料金で、通う回数では無く、症状に合わせて判断いたします。1度お買い求め頂けましたら、次回からはサービス料金を1回毎になります。本気で身体に向かい合いたい方。お待ちしております。

主な出店日 毎週月曜日

弥生台 TRY BOX オーナーさん引き続き募集中！

弥生台にお住まいの方、これから関わりたい方は誰でも1日単位でオーナーになれます！物販、ワークショップ、展示会など、やりたいこと・やってみたいことをお披露目してみませんか？
お気軽にお問い合わせください！

■ 使用料：¥5,000(税込)/日
※ 複数オーナーでの出店時も上記価格
■ 使用可能時間：8:00~21:00
※ 準備・片付けの時間を含む

これまでの出店状況を掲載中！

弥生台 TRYBOX

お問い合わせ・お申込先
info@ondesign.co.jp

〒245-0008
神奈川県横浜市泉区弥生台16-1
相鉄ライフやよい台2F

登録したオーナーが予め選択した時間帯にオープンします。出店スケジュールは現地やHPで掲載中！



こつこつカイロさん特集！

カイロプラクティック

ってなに？

弥生台 TRYBOXは、「オーナーさん」と呼ばれる地域の方々によって、ハンドメイド雑貨の販売やワークショップなどを開催されています！
今回は、カイロプラクティックの施術をしている「こつこつカイロ」のオーナー・いとうさんを取材してきました。

正しい位置に戻してあげて！

- 頭の位置が前にズレると… 大じわ・たるみ・ほろろい顔・マリキマツライン・目の下のたるみ
- 肩が前に出ると… 乾燥肌・くすみ・小じわ
- 腰が丸まると… ポッコリお腹・お尻が下がる・下半身太り・セルライト
- 足うらのアーチがなくなると… 足の冷え・むくみ・外反母趾
- 頸椎が歪むと… 頭痛・不眠・耳鳴り・目まい・肩こり・手のしびれ
- 胸椎が歪むと… セキ・風邪・むくみ・背中の痛み・内臓の不調(心臓、肺、腸など)
- 腰椎が歪むと… 下痢・便秘・腰痛(ギックリ腰・ヘルニアなど)・足の痺れ
- 骨盤が歪むと… 便秘・冷え・生痔瘻の不調・かたの痛み・足指のむくみ・足指のむくみ・腰痛・O脚

実は、カラダの不調って、ぼつりお腹は骨盤を正しい場所に戻してあげれば治ることもあるの。

あつ！意外とお腹出てくるの。

あ、それ悩みなんです。どんなに調子がいい時でも、お腹だけは出ちゃうんです。

こんにちは！
記者

今日はよろしくお願ひします。
カイロプラクター いとう ようこ

スキャリ

ほらっ！
ちょっと引込んだ！

ほんとだ〜！
ありがとうございます！

あなはコッコ!

カイロ体験日記

Owners profile

14組のオーナーさんが出店されます！
雑貨やアクセサリー、洋服の販売から占いなどのワークショップなど、様々な催しと空間をお楽しみに！

green leaf next アロマと手話

📍 @green_leaf_next

リラクセスをテーマにアロマオイルの販売ワークショップ、シンキングボールを開催しております。
この度、手話べりも新たに加わり賑やかな雰囲気になりました。お気軽にご参加下さい。



「織織マルシェ」

📍 @otte.nutte

二俣川にある手織り教室です。敷物・マフラー、また織り上がった布を縫製してバックや服などを作っています。一点物です。



こぎん刺し zizi no ie

📍 @zizinoie

zizi no ie では青森県の伝統刺し子「こぎん刺し」の技法を用いた作品やデザインをお届けしています。日々の暮らしにちょっとした彩りを加えてくれるようなこぎん刺しの小物をご自身の手で作ってみませんか。初心者歓迎！いちから丁寧に伝えます。



はびねす商店

📍 @happiness_shouten

商店の名の通り、タロット占い、耳ツボジュエリー、編み物小物販売、ベッド&ハンドマッサージなど様々なメニューをご用意しています。お客様の心も身体もHAPPYに♪



こぐまといゆの宅配便

📍 @koguma.en_homedelivery

ペットたちがより健康的な生活を送るために、旬の食材を使用したペットフードを提供することで、ペットたちの健康に貢献しています。ペットの健康に配慮しつつ、美味しく食べられるペットフードを提供することで、お客様にも満足していただけるサービスを提供しています。



藤編僕

📍 @tou_hen_boku

造園家だった私は視覚を失い、その後、籐籠編みに出会いました。手や指の感覚だけを頼りに、さまざまなカゴを編んでおります。どうぞよろしくお願ひします。



クリスタルフルーツクラブ

📍 @arp.flute

ガラスのフルーツ「クリスタルフルーツ」の展示試奏ブースを出店しています。軽くてかわいらしいフルートを吹いてみませんか？通販での購入&練習会参加のご案内もあります。



ECO雑貨YUKI

傘布エコバッグ、エコたわし、生ゴミ処理など簡単に出来る行動のヒントとなる展示や手作り品の販売



こっこつカイロ

その不調はどこから？もしかしたら、歪みからかもしれません。原因を探り一緒に健康を目指しましょう。



kyoko original

着物地・浴衣地・綿・ニットなど様々な布で、流行にとらわれず品良く飽きのこない服を、自分自身が着る立場になって気を配り縫製しています。



みつよとくまねこ

📍 @tomorufu

手づくり仲間の美味しくてかわいいマルシェに遊びにきませんか？

- 【み】みりんご サチゴハン
- 【つ】tukituki-kobo
- 【よ】yokoji
- 【と】TOMORUFU
- 【く】KUMI-KUMI
- 【ま】まめ+
- 【ね】ネエズギャラリー
- 【こ】KOSUZU-GARDEN



nanamy. cat (ナナミー・キャット)

📍 @nanamy.cat

ブリザーブトフラワー、ドライフラワー等でフラワーアレンジメント、花雑貨を作っています。作品の花たちに小さなシアワセや温もりを感じていただけましたら幸いです。ワークショップの予定もあります。



Handmade&Craft Alice*ありす

📍 @alice_m2y

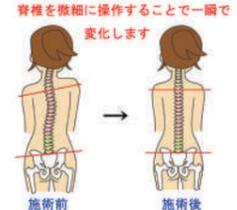
多彩な指導資格を有する講師3名で、手づくりアクセサリーやレジン、ファブリック小物、編み物などのワークショップを開催しています。やりたいことがきつと見つかる「Aliceありす」にどうぞ遊びに来てください。



訪問施術のみゆき堂 弥生台ランチ

何処に行っても良くならない…
何度通っても変わらない…
そんな方に！ 脊椎を微細に操作することにより、症状のある場所だけでなく全身が整います。

脊椎を微細に操作することで一瞬で変化します



出店スケジュール



HP(相鉄コトコト!)や
弥生台 TRYBOX 店頭にて
掲載中！
ぜひご確認ください！

↑相鉄コトコト!