

ごとう通信

第166号

平成26年10月1日

まあ、確かに気温は下がってはいないので、寒暖の差が大きい秋になっていきますね。大分涼しくなったなあって思っていたら一気に夏日になったり。こういうのって意外と体にきいてきます。ボディブローのように。こういう影響はタイムラグがあり、数日から数週間遅れて出てくることがあります。体調管理は怠りなく行いましょう。



さて、先月は出張が多く体的に大分へばってしまいました。一週間で長崎、岩手、北海道と移動し

た後はさすがに体がこわばっていることを自覚しました。そもそも肩がこったりということはありませんが、さすがにいつもと違っていて分かりました。

ズシーンとした重みを感じ、腰痛も出てきました。今までこういう経験がないので、どうすればよいのか分からなかったのですが、「これはマッサージだろう！」と思い、意を決して行くことにしました。

もちろん行きつけがあるわけではないのでインターネットで高田馬場のマッサージ店を探し、近くで時間的に通院できるところを選びました。さて、と言うことでそこまで行きましたが、ちょっと行きすぎたり戻ったりしながら中の様子を確認。そしておどおどしながらドアを開ける。するとおじさんが一人。ドキドキし

ながら「お願いします」と。それから着替えてベッドに寝かされる。うつ伏せになつて背中を触られる。何をされるかわからずドキドキ。



今まで無言だったおじさんが「ここを中心にやりましたよか？」と。こちらは何も考えていなかったので思わず「肩」と答える。そして肩を中心にもんでもらう。その間思っていたことは「ああ、腰って言えばよかった。今から言おうかな。いや、せっかく肩をやってくれているのに失礼かな」「痛かったら言うってくださいって言われてもどのくらいで言えばいいの？」などと思いつつ30分。施術してくれた男性が、「かなりこつてますねえ。腰もかなり張ってますよ」とのこと。プロにはわかるものなんで