

簡単!

背骨・骨盤ネジレ・イガミの ✓簡易チェックシート!



チェック項目

- チェック 1 枕が変わるとなかなか寝られない。
- チェック 2 硬いベッドや布団でなかなか寝られない。
- チェック 3 あおむき（上向き）でなかなか寝られない。
- チェック 4 朝、起きた時、手足が冷たい。
- チェック 5 朝、起きた時、手足がシビレていることがある。
- チェック 6 写真をとると首を傾けていることが多い。
- チェック 7 鏡を見ると左右の肩が高さが違う。
- チェック 8 ネクタイが左右どちらかに寄りやすい。
- チェック 9 ゆるいスカートをはくと左右どちらかに寄りやすい。
- チェック 10 靴の減り方が左右で違う。
- チェック 11 歩いていると左右どちらかに寄りやすい。
- チェック 12 椅子に座る時、足を組むことが多い。



1 つでも、当てはまれば **要注意** です！
今すぐ電話をください。

 0120-367-840



院長 石川 博隆