

【たった10分で腰痛とサヨナラできた！：40代男性 自営業 長野県】

仕事柄万年腰痛持ちで、どの病院に行っても治らなかった。ところがミッキー先生に10分間、足首をゆるめてもらったら、腰にはいっさいふれていないのに、痛みが消えました。

その後は「足首まわし」をお風呂でときどきしています。立ち方のアドバイスももらったので、以前と同じように仕事していても、腰痛にならなくなった。根本的に解決されたと思う。

【冷え解消・免疫力アップで自信回復：50代女性 主婦 愛知県】

リウマチを発病して3年、何をしてもしんどい状態で、普段から動かないように制限をした生活を続けていました。初めての施術で足首を動かして頂いたら、今まで認識したことのなかった骨や関節が動くのがわかりました。足先まで血が通い出し、帰り道には別人のからだだと思えるほど全身が軽くなっていたのが忘れられません。

月に1度の施術を4回ほど受け、自分でも「足首まわし」を毎日実践したところ、1年も経つ頃には正座もラクラクできるし、家事も用事もテキパキこなせるようになりました。

【肩コリもその場で解消！疲れにくい体質に：20代女性 美容師 愛知県】

美容師という仕事は、肩や腕、足を酷使します。そのため、肩コリや左手の痺れ、腰痛の3点セットは職業病みたいなものでした。

10分ほどの足首へのケアで、全身に血がめぐってきて、肩コリまでラクになったのがわかりました。今は、足がむくんだり、腕が痺れてきたら、夜に自分で「足首まわし」をしてから寝るようにしています。疲れにくい体質になれたと思います。

【変形性膝関節症も心配無用：70代女性 主婦 神奈川県】

10年前に左膝が痛くなり、変形性膝関節症と診断され手術を勧められましたが、踏み切れずにいました。股関節も痛み、左右の足の長さが違って、腰が傾いているのが自分でもわかるほどでした。

それがものの10分で、足首も股関節もやわらかくなり、膝の腫れもひき始めてビックリしました。

【椎間板ヘルニアと坐骨神経痛の激痛が消えた：40代男性 会社役員 東京都】

病院で椎間板ヘルニア・坐骨神経痛と診断され、夜になると腰が激しく痛み、就寝中も2時間おきに目が覚めてしまうような状態でした。とにかく眠れないため、痛みに加えて倦怠感がひどく、病院での治療と並行して鍼や整体にもずいぶん通ったのですが、いっこうによくならず困り果てていました。

ミッキー先生には最初に仰向けで膝を伸ばした状態で足をあげて頂きました。ほとんど上がりず、坐骨神経痛がひどい左側は、少し持ち上げられただけで痛みが走りました。

それから足首と手首をコキコキと音を立てながらゆるめて頂き、ほんのわずかな時間の後、ミッキー先生が「これでいいでしょう」と言いました。再度足のあがり具合を確かめてもらったら、今度はスッと直角に近い位置まで上がりました。その上、あれほど痛かった左側も、引きつれるような感じは少し残っていましたが、痛みはほとんど感じません。本当に驚き、魔法のようだと思いました。立ち上がってみてさらに驚いたのですが、ずいぶん腰の痛みが軽くなっていました。

あれ以来、「足首まわし」は毎日欠かさずにやっています。長時間の飛行機や和式トイレも使えるように。難しいヨガのポーズでも、ずいぶんバランスがとれるようになりました。こんなにも体が変わるなんて、おもしろいですね！