

自然に身をゆだね 体と心の改善の第一歩に  
室内で気軽に出来るアーシングで 毎日心身のリセットを

# アーシング 足裏 Earthing 砂枕

〈砂枕5個組セット〉の1つ〈大サイズ〉を少しだけ制作工程を簡易化し  
砂を使っての心身の体調管理・リセットが習慣的に行える商品にしました

※当院では東城百合子著：自然療法の書籍で言う「砂袋」の代わりに  
「砂枕」と言う統一した名称の商品名にしていますので、足裏用でも「枕」です



カバー布の色は〈緑or濃緑〉から選択可

## 【足裏アーシング砂枕の特徴】

当商品〈足裏アーシング砂枕〉は、使用中に砂埃が出ないよう、水で砂を何度も洗って泥抜きをし、天日干しをした後、布袋に詰めた「自然に近い状態の川砂※」でご提供しています

因みに類似商品〈砂枕5個組〉は、当院の施術と同等の効果が出るようにひと手間加えており天日干しの後に火炒りをし、塩とゲルマニウム粉を少々加えて施術と同等効果を狙った商品です  
(目元用・ミニサイズの枕は炭粉も少々添加)      ※市販の淀川の川砂を1個に480g使用

## 【足裏アーシング砂枕の使い方】

椅子に座り(出来れば裸足で)足裏に砂枕が当たるように足を置くだけ！

勿論足裏ではなく、好きな姿勢で色々な体の部位に「気持ち良く」砂枕を当てて使ってOKです

砂の効果でアーシング(+デジタルデトックス+地球のエネルギーチャージ)が簡単に出来ます  
砂が冷たく「不快」に感じる時は、湯たんぽや足用電気あんかの上に砂枕を置いて使って下さい  
※砂枕が「冷たくて気持ちが良い」と感じた場合は、無理して砂枕を温めて使わなくてもOK

砂枕は時々、天気の良い日に「天日干し」をすれば  
砂の効果はリセットされて「半永久的」に使えます

砂の入った内布は洗わなくてもOKですが  
足が直接触れる「外カバー」のみ時々洗って下さい

砂枕の布の素材は…

砂の入った青色の内布(木綿ブロード生地)  
カバーの緑色の外布(綿&麻の混合生地)  
外カバーサイズ:22×24cm

【注意】 砂枕は、「自然の砂そのママの効果を生かす」為、水洗いのみで火入れ加工せずに布袋に詰めています  
もし万が一、肌荒れや体調の急激な変化が出た場合は、砂枕を一度じっくりと天日干しをして下さい  
それでも使用上の違和感がある場合は、使用を一旦お休みし、当院にご相談下さい

## 【使用上の注意点】

「気持ちが良い」という「体の声」がSTOPしたら、使用を止める事…この1点さえ守ればOK！  
頭優先のお手当(毎日1時間だったり、早く良くなりたいと少し頑張ったり)をすると必ず失敗しますよ  
色々考えながら使うよりも、何も考えず「気持ちが良い」だけに集中出来た方が使用効果はUPします

## 【毎日アーシングのススメ】

心身を整えるには、①良い食事で体の基礎を作る ②自然療法的な心の持ち方で心を整える  
この2つに加えて、③常に地球のエネルギーを体に出し入れする…事も必要不可欠で、その為に  
アーシング=地球を足裏で直接触れる「農作業、芝生に寝る、そして砂浴」の実践が有効です  
①②の具体的な方法は当院で指導させて頂きますし、③の簡易版として足裏砂枕をご活用下さい

自然療法の実践の参考資料として、当院のYouTube動画「こじま施術院のお気軽健康チャンネル」もぜひご覧下さい

色々な体の部位に使える  
砂枕5個組セット

直ぐに体を芯から温められる  
小石の温石  
などの併用をお勧めし□

〈足裏アーシング砂枕 の製作・販売者〉

北醍醐 こじま施術院／小島宏和 〒601-1316 京都市伏見区醍醐古道町10-9 TEL 090-8190-9530

HPは「こじま施術院」で検索 メール(kojima.chiro@gmail.com)でもお気軽にご質問下さい