

腰痛の85%を占めるのにお医者さんで治らない
「原因不明の腰痛」を改善する、画期的な腰痛本！

2500万人が苦しむ
名もなき腰痛

1回1分！

を自分で治すすごい本

白井天道
西住之江鍼灸整体院院長

腰の慢性痛、ぎっくり腰、左右の痛みetc. 85%の腰痛は「病名」がつかない＝病院で治せない…!?

ますます痛みを何とかしたいあなたに！
のべ9万5000人が実感した超人気整体院のスコ技

〔目次〕

序章 痛いゾーンチェック&セルフチェック

第1章 (左・右)のセルフチェック・セルフケア

第2章 仙腸関節性腰痛(左・右)のセルフチェック・セルフケア

第3章 椎間板性腰痛・椎間関節性腰痛のセルフチェック・セルフケア

第4章 坐骨神経痛(左・右)のセルフチェック・セルフケア

第5章 どこが痛いのかよくわからない腰痛のセルフチェック・セルフケア

2500万人が苦しむ
名もなき腰痛を自分で治すすごい本

著者：白井 天道 (西住之江鍼灸整体院院長)

◎YouTubeチャンネル「脊柱管狭窄症・すべり症の専門家てんどう先生」は登録者12万人超え。再生回数1700万回を超える超人気整体師。鍼灸師。
◎「脊柱管狭窄症」「椎間板ヘルニア」「腰椎すべり症」など、のべ9万5000人の腰椎疾患の改善に尽力。薬や注射も効果がない痛み・シビレを劇的に改善させ、手術の必要もなくなる高い技術力を誇る。
◎著書に『すべり症を自分で治す本』(自由国民社)、『寝ながら1分！ねこ背がスッと伸びる本』(SBクリエイティブ)など。



「痛いゾーンチェック」を始めとした
セルフチェックで腰痛の原因を明らかにし、
それぞれの腰痛を改善するセルフケア紹介。
病院で原因を特定できない腰痛や
病院での治療がうまくいかない腰痛に効果的です！

<p>貴店番線印</p>	<p>注文</p>	<p>2500万人が苦しむ 名もなき腰痛を自分で治すすごい本</p> <p>A5 / 160P / 本体1,400円 / ISBN : 9784426129569 自由国民社</p>
<p>冊</p>	<p>注文</p>	<p>すべり症を自分で治す本</p> <p>A5 / 128P / 本体1,300円 ISBN : 9784426128418 自由国民社</p> <p>／併売がおすすすめ！ あなたのその腰痛、おすすすめです！</p> <p>放っておくと大変なことになるかも…!! 白井天道 たちまち大増刷</p> <p>すべり症を自分で治す本</p> <p>☑️腰が痛い ☑️下半身がしびれる ☑️体を後ろに反らせない ☑️鎮痛剤が効かない</p>