ダンサーとして活動しています。
全身を使うので、いろいろな箇所に痛みがでます。
痛めてしまったら休むのが1番だと思いますが、
仕事で休めない時、そして「今が元気張り時!!」
という時は、治療やテーピングなどをしてもらい
ながら踊っています。
その日によって痛む箇所が増えたり、場所が
違ったりしますが、しっかり話を聞いて都度、
対応してくださるのでとても助かっています。
これからもしっかりメンテナンスをしながら
なるべく長く踊っていきたいと思っています。
いつもありがとうございます。