



はんず通信 2月号

雪道の交通事故が増えています



当院のHPホームページがリニューアルしました！
交通事故の情報も入ってます。最近冬道で道路の
状態悪く、車同士の事故などをよく聞きます。
事故後すぐに来院された方、後遺症が少なく喜ばれ
ています。保険会社さんを通せば、料金の負担してい
ただけます。当院にご相談ください。

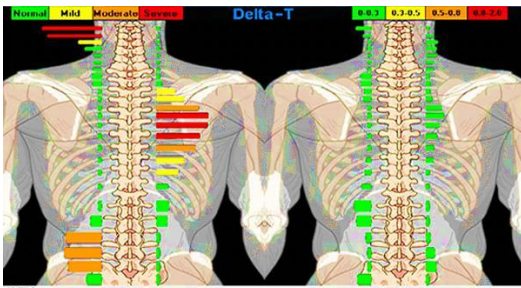
整体院 姿勢道 011-613-6065
サムライ 整骨院 011-621-2096
恵庭北療院 0123-34-3646



ホームページアドレス

<http://sv365.xserver.jp/~panthera/hokuryou-chiro.com/>

当院の秘密兵器 C-5000 サーモグラフィー



施術前 → 施術後

当院で使用している、「C-5000」
サーモグラフィーは全身的に背骨の
神経圧迫(サブラクセーション)による
体表温度の変化・血流の滞りを測定できます。
北海道には、6台しか入ってない貴重な機械です。
最新の検査機器を使って背骨の状態を科学的に
測定します。データはグラフ化されてパソコンの画
面にわかりやすく表示されます。もちろん痛みや
刺激は一切ありませんのでご安心を。
測定はほんの数秒で終わります。

Naturalはんずグループ

2月イベント情報

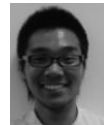
- | | | | |
|----------|------|----------|----------|
| 2月17日(金) | 10時~ | 西野エクセサイズ | 西野第二会館 |
| 2月21日(火) | 13時~ | 零似エクササイズ | 零似区民センター |
| 2月26日(日) | 10時~ | 恵庭エクササイズ | 恵庭市民会館 |

スタッフのつぶやき



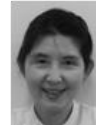
及川 ますみ 先生
耳ツボでバスタアップ!?

皆さん、当院の耳ツボはもう体験しましたか？耳ツボをしてから、間食がなくなり6キロ痩せたとか、禁煙が出来たとの声があります。胃腸の調子が良くなり、寝れたとか、最近現在進行形でバスタアップのツボを発見まだしてみたい方がいて続けてしているの、結果は次回分かります！楽しみ☆耳ツボは副交感神経を刺激し、睡眠にも効果あり！



大雪
西村 しょうへい 先生

僕の住んでいる江別は今年、雪がたくさん降っています。ひどい日には一日3回以上の雪かきをします。そして、雪かきが終わり風呂に入った後、僕は雪のない暖かい所に住みたいと心の底から思いました。その時は、僕は雪のない暖かい所に住みたいと心の底から思いました。



二月
広岡 じゅんこ 先生

みなさんは、2月と言うと何を連想しますか？私は衣(きぬ)を更に着る月から来る衣更着(きさらぎ)と言う言葉です。まさしく北海道の寒さを表す言葉ですね。「きさらぎ」について調べてみると、雁が来て、更に燕が来る頃だから「来更来(きさらぎ)」、「陽気が更に来る月であるから「気更来(きさらぎ)」、と春を予感させる言葉でもあるのですね。そういえば、2月4日は、春の初めを意味する「立春」と言うことは、「春遠からじ」ですね。春が一層楽しみに持って来ました。皆さん元気に春を迎えましょう！



堺 ようへい 先生
寒い冬

札幌の冬は寒いですね。今年も雪は多くて道は狭くて歩道を歩くともれて歩きづらいし、なるべく外に出たくないですね。そんな日は家で温かい蕎麦をずつと食べたい！たまには運動もして！



米谷 じゅんぺい 先生
スポーツ選手は「軸」が大切!

スポーツ愛好家の皆さん！冬のトレーニングに励んでいますか？特に夏が勝負の競技をやっている皆さん！北海道はこの冬のトレーニングが重要ですよ。そんな皆さんに、今年の夏の大会で成績を残せるヒントを一つ。それは体の「軸」を作ること！
背骨と骨盤を中心に体の中心軸を鍛えるコアトレーニングや、運動神経機能を引き上げるトレーニングを頑張れば今年の夏は飛躍的に成績が残るかも！？体の軸をしっかり使えるようになれば、あなたもすぐにトップ選手に育ちますよ！



後藤 としかづ 先生
あなたのお腹はこれで引込む？

皆さんこんにちは！最近一気に寒くなりましたね！体調がどうですか？お正月もありお腹まわりが少し気になってきている方！いるのではないのでしょうか？そんな皆さんのお腹のポッコリを解消するには……
『ローイン』という運動が最高です！やり方は単純です。おその指2本下の下っ腹に力を入れるだけ！腹式呼吸をするように、下っ腹にを凹ませましょう！実は「これだけ」でお腹のポッコリが解消出来ます！
是非実践してみてください！ゆつくりとやると意外と辛いですよ！

冬の蓄えを燃やすチャンス！ダイエット

東洋医学では、秋は収穫、冬は蓄えの時季と言うことで、脂肪が付きやすいというのは、中国何千年の歴史でも言われています。しかし、この蓄えをどう減らすか皆さんお悩みでは?? 最近流行りの〇〇ダンスをしてみたり、食事を抜いたりなんてしていませんか? 皆さんちょっと待った! 当院でオススメのダイエット方法がありますよ! 「スーパーダイエット」1ヶ月まだ間に合いますよ! 耳ツボ! 骨盤矯正! Jの蘇! オリゴノールウォーター! バウンディング! 1ヶ月体に溜まった脂肪を燃やしましょう!



バウンディングエクササイズとは?

アメリカでは、膝のリハビリなどでも使われており、日本でも最近、やっと普及されてきました。当院でも清水先生がアメリカから持ち帰り、患者様が自宅で体験したところ、みるみる痩せていったと言う方が続出! バウンディングエクササイズは、10分の足踏みで4キロのランニングと同じ運動効果があります。オススメの有酸素運動です!



耳ツボダイエットとは?

耳ツボがなぜ痩せるか? 耳は副交感神経が沢山あります。熱いものを触ると耳を触り、冷やします。それと同様耳を刺激し、血流がよくなるためダイエットにも効果あり! ダイエットだけでなく、冷え性や胃腸、リフトアップ、バストアップなどにも効果的!



骨盤矯正とは?

骨盤は16パターンの歪みがあります。そんな骨盤が歪むと、体の代謝が悪くなり、プロポーションの崩れやむくみなどを起こします。痩せやすい体作りの基本は骨盤から? この1ヶ月で集中的に矯正し、痩せやすい体づくりと骨盤美人・骨盤紳士になりましょう!

ダイエットコース発足!! 7万円相当が35000円で受けられちゃう!

1. 耳ツボダイエット 10回
2. 骨盤矯正 10回
3. Jの蘇 10本プレゼント
4. オリゴノールウォーター 24本プレゼント
5. バウンディング1ヶ月レンタル!



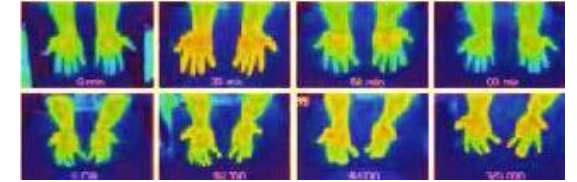
代謝UPで脂肪燃焼「Jの蘇」



通常価格10,500円
→ **8,400円**

皆様にご愛飲していただきました、オリゴノール配合健康食品 妃美輝が、7月発売からお陰様で500箱を突破しました。ダイエットコースにも入ってます。代謝が良くなり、痩せやすかったり、コレステロール値がよくなった方、冷え性が改善し、体が温かくなったとお話されています。

飲用 20分後で驚きの効果。血流が変わります。



当院のダイエットの鍵を握る米谷先生の声



こんにちは!
今回このダイエット企画でキーマンとなります、鍼灸師の米谷純平です!
物心ついた時からもうすでに大きな体型になっていたこの私が今回、当院のダイエット企画に挑戦することになりました。患者さんでも『米谷先生が痩せたら...』との声も多く私もダイエットを決意しました。皆さん僕と一緒に、この冬で痩せましょう!

あとなぎ

まだまだ冷える2月ですが、先日、ダルビッシュ投手が大リーグへ決定 皆さんこの言葉を知っていますか? 「一番よりも「唯一」という言葉の方が、僕の人生では大切な位置を占めてきた」これは大リーグの速球王ノーランライアン氏の言葉だそうです。ダルビッシュは「競うとする姿勢がよい」と大リーグで言われています。皆さんの姿勢はどうですか? 姿勢教育指導士がいる当院でも姿勢について治療や講演でお話しています。