

神戸
阪神間で
評判の

健康スポット

各ジャンルのプロが悩みを改善してくれます。
違和感を感じたら、まずは相談してみよう。



「漢方は体質に合わせて調合するので患者さん1人ひとりのために全力を尽くせるんです。漢方で妊娠して彩りのある生活してほしい」と秋山代表。上海中医药大学本校留学、廣州中医药大学大学院修士課程修了。

【西宮】
彩り漢方薬局
西宮市相生町6-41
営/平日10時～19時
日曜10時～16時 火曜・祝日定休
☎0798-73-7251
(まずは電話にて予約を)
彩り漢方薬局 で検索



不妊・男性不妊・不育症・婦人科系不調 など

不妊で悩む方に漢方で妊活 手間ゼロで「漢方煎じ薬」を

不妊で悩む方で、副作用のない漢方を望む方は多いが、煎じる手間に挫折する人も少なくない。同薬局では関西でも希少な「漢方煎じ機」を導入。2,000年以上前から不妊改善に有効とされる「漢方煎じ薬」を店頭で煎じてくれ、自宅では温めるだけで簡単に飲めるとあって、「こんなに楽なら早く頼めば良かった」と喜びの声続々。

特典 「シティライフを見た」で (7月末まで・新規の方のみ)
●体質に合わせた漢方茶2,000円相当をプレゼント



首痛・腰痛・膝痛・しびれ・ヘルニア・座骨神経痛 など

豊富な知識に基づく施術で スピーディに劇的改善へ

オリンピック強化選手の専任メディカルトレーナーを務め、100万人以上の症状に取り組み、「西のゴットハンド」と呼ばれる山村館長。さらに明治東洋医学院では25年間教鞭を執ったという豊富な実績に基づいた確かな診断で、短期改善へ。痛み・自律神経の不調・股関節の変形・重症ヘルニアの痛み、ほかで「完治は無理」と言われた人も一度相談して。

【西宮北口】**健心館**
(ケンシンカン)
西宮市南昭和町5-15(宮川接骨院2F)
営/10時～15時
日曜・祝日定休 ※完全予約制
☎0798-67-2070
http://kenshinkan-miyagawa.jp
健心館 西宮 で検索



施術料金 ●初検料……2,000円
●施術料……6,000円

特典 「シティライフを見た」で
初検料無料(7月末まで・要予約・新規の方のみ)



巻き爪・たこ・魚の目・かかとの乾燥・ガサガサ・外反母趾 など

素足の季節へ悩みの足トラブル改善 爪切りのみもOKのフットケアサロン

タコや魚の目、巻き爪といった足の悩みから、爪の変形や割れ、かかとのガサガサまで夏の素足を美しくする専門サロン。人には見せたくない足先もプライベートサロンだから安心で、相談しやすい。シニアの爪切りも好評。施設への出張などは気軽に相談を。



【芦屋】**ドイツ式フットケア&巻き爪ケア専門サロン Jardin**
(ハルディン)
芦屋市上宮川町5-12 サンロイス103
JR芦屋駅南口より徒歩1分
営/9時～18時 日祝定休 近隣にコインパーキングあり
完全予約制※時間外は要相談
☎0797-38-2468
ハルディン芦屋 で検索



特典 「シティライフを見た」で
●お試しフットケア……7,560円→5,400円
●ネイルカラー……2,160円
●高齢者の方の爪切り&フットケア……4,320円
●大好評! 痛くない巻き爪ケア……5,400円～10,800円
※お子様連れOK(予約時にお伝え下さい)。
(7月末まで・要予約・新規の方のみ)



重度な外反母趾から軽度な外反母趾・巻き爪・足の痛み・むくみ など

外反母趾“異変”の放置が“後悔”へ 兵庫県で初めての手技による矯正

「我慢できるけど、痛みや違和感が…」[もう曲がっているけど、痛くない]等、外反母趾をそのままにしていると足をかばいO脚や寝たきりといった、重大症状に発展することも…。兵庫県で初となる「外反母趾」の手技矯正で多くの症例を改善してきた同院では、手技矯正の特徴である「それぞれの状態に合わせた効果的な治療」が可能で、痛みが少なく治療効果は大きい。遠くは沖縄・広島・静岡からわざわざ通う人もいます。まずは気軽に相談してみてください!

利用者の声

●外反母趾を長年治療せずに我慢しているうちに腰や背中にも違和感ができるように。足を調整していくようになって足の痛みや肩の痛みまで改善されました。



【武庫之荘】
神戸外反母趾センター(整骨院サクレ内)

尼崎市武庫之荘1丁目7-14 プラネックス武庫之荘101号
営/10時～14時 16時半～22時
(最終電話受付20時半)
土曜 10時～14時
15時～18時
(最終電話受付15時)
定休 日・祝・水曜午後

☎06-6433-0022
http://circla.net/



特典
新規の方・初回限定「シティライフを見た」と予約で(7月末まで)
外反母趾矯正が特別価格に!

●片足(40分)……9,800円→7,000円
●両足(60分)……18,000円→12,000円
詳しくはWEBでチェック! ※要予約



不眠・肩こり・目の疲れ・骨盤の歪み・血行/血流改善 など

アーユルヴェーダ医学を基に作られた インド式ヘッドケア「チャンピサージ」

アーユルヴェーダ医学を基に作られたロンドン発国際ライセンスのヘッドケア「チャンピサージ」。頭部で血流が滞ると肩こり、首の凝り、頭痛の原因になることも。硬くなった頭の筋膜を緩めることで身体全体の筋膜が緩み血流やリンパの流れを促す。リラックス効果の高いヘッドケアで自律神経のバランスを整え、不調の起こりにくい体質へ改善。施術中、うとうとと眠る人も多いそう。不眠、ストレス、頭痛に悩む人にオススメ。

利用者の声

●寝つきが悪く、疲れがとれにくくことでずっと悩んでいました。こちらで頭を触ってもらった日はすぐに寝付け、朝とてもすっきりと目覚めることができている。(60代女性)
●普段、仕事でパソコンを使用することが多く目の疲れでしんどい思いをしてきました。ヘッドケアを受けた後、視界が広がり明るくなった気がします。(30代男性)

【住吉】**レイス整骨院**

神戸市東灘区住吉宮町6丁目14-12
六甲住吉プラザ1F
営/9時～12時 14時～19時
木・日曜・祝日定休

☎078-862-6928
http://sumiyoshi.leis-seikotsu.jp



特典 「シティライフを見た」で
●ヘッドケア(チャンピサージ)30分……3,000円
●ヘッドケア(チャンピサージ)30分+ボディケア30分……8,000円→5,000円(初回検査料込み)
●ヘッドケア(チャンピサージ)30分+トータルケア60分……11,000円→8,000円(初回検査料込み)
(7月末まで・新規の方のみ・要予約)

不妊症とは? 40 「卵子のお話」

執筆: 理事長 塩谷雅英

塩谷雅英 理事長プロフィール
鳥島医大卒業後、京大産婦人科に入局、神戸市民病院を経て、2000年3月産水に開業。2004年4月に、さんのみやクリニックを開院。

英ウィメンズクリニック
http://www.hanabusaclinic.com/
神戸市中央区三宮町1-1-2
三宮セントラルビル2・7・8F
Tel: 078-392-8723
診療日時(予約制)/
平日 8時半～16時
土日祝 8時半～15時

女性には約200万個の卵子を持って生まれてきます。この卵子は女性の生涯を通じて減り続け、増える事はありません。思春期の頃にはすでに30万個位に減っています。ちなみに日本人女性の平均閉経年齢は51歳です。言うまでもありませんが、卵子はこれくらい減ると、妊娠が難しくなり、段々妊婦さんが増え、排卵誘発剤を使うようになります。早くも卵子がなくなってしまうことも、早産や流産の原因にもなります。卵子の老化が進むと、染色体異常や流産の原因にもなります。卵子の老化を防ぐには、生活習慣の改善や、適切な栄養摂取が大切です。卵子の老化を防ぐには、生活習慣の改善や、適切な栄養摂取が大切です。

CROSS WORD

応募方法 / はがきもしくはFAXに
解答と「住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。(毎月25日メチ)

応募先 / FAX 06-6368-3505
〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23
シティライフ「クロスワード」係
●6月号の答え 12個

立体クロス

変形の立体クロスです。二重枠のA~Gを並べてできる言葉をお答えください。
(作:あさみ順子)

タテのキー
1 海水浴場営業スタート
2 日本三大祭の1つ、7月の京都は○○○祭
3 サクラは馬の肉、モモジは
4 プリアテス星団の和名、谷村新司のヒット曲
5 大滝に名を残すイギリスの女王
6 量、人気者
7 漢字の読み方は音とこれ
8 アメリカの北隣の国
9 ヒートズで有名なのはリンゴと…
10 キコキコと木を切る道具
11 旧約聖書に出てくる○○○の塔
12 マツダの、日本語で
13 娘の配偶者
14 ○○○モーターカー
15 釣りのやれ、たこ揚げで使う
16 洋食はナイフとフォークで、和食はこれ

ヨコのキー
1 土用の丑(うし)の日に食べたい魚
2 1964年に開業した「夢の超特急」
3 アカデミー賞の別名
4 朝鮮料理のまぜご飯
5 ○○は苦の種
6 全員外出中の状態
7 すでに自分の物になっていること。○○○権
8 傷病人を運搬する用具
9 グレイス・ハーグ演説で知られるアメリカ大統領
10 将棋の歩、チェスだと
11 本物に似ているが本物じゃない。○○札
12 産性かアルカリ性を○○○試験紙で調べる
13 色の三原色はマゼンタ、イエローと

26 インディアンサマー、日本語では○○○日和
27 本物に似ているが本物じゃない。○○札
28 産性かアルカリ性を○○○試験紙で調べる
29 色の三原色はマゼンタ、イエローと

解答

A	B	C	D	E	F	G
---	---	---	---	---	---	---