



院長 高岸 眞智子さん

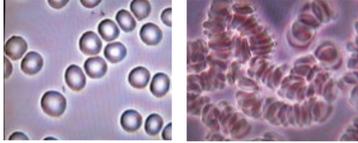
リセット整体 達人整体師・講師/上級睡眠健康指導士/血液画像分析(血液サラサラチェック)講師/食育インストラクター/ゆらはんどトレーナーの資格を持つ。2008年に芦屋でリセット整体 エスコート・芦屋サロンを開業し、延べ2万人以上を回復へと導いた人気の整体院。院長自らが問診から施術まですべてを行い、最近では医師からの紹介で来院する人がいるほど定評がある。健康への探究心と熱意で多くの患者から信頼されている。



こんな**未病**に…「首痛・首コリ・肩こりが慢性化してきた」「朝、起きると体がだるい」

ゆるゆるゆらゆらで歪みをリセット 睡眠・姿勢指導などトータルで健康へエスコート

「姿勢が崩れている人が、体の不調を訴えるケースが多いですね。猫背になると、肺が圧迫され呼吸が浅くなり酸欠になることでもあります。これにより血流や神経の流れも悪くなり、肩から首に負担がかかるので、首コリ肩こりに。ひどい場合は、頭痛や腰痛にも。また、内臓下垂が起こりやすく、膀胱脱、子宮脱、尿漏れ、胃や腸の働きも悪くなり、さらにマイナス思考にと。体も心も万病の元ですね」と話す高岸先生。リセット整体は、優しくゆるゆる、ゆらゆらさせる無痛整体。脳反射を利用して、体全体の歪みを整える施術法だ。未病のうち歪みを整えることが大切なんだそう。



(左)健康的なサラサラ血、(右)様々な不調を招くドロドロ血。血液の質と流れによって健康状態が左右される。血液の状態を見て、食事の見直しや禁煙に踏み切る人も多いとか。

指先から1滴の血液を採取し、サラサラ血かドロドロ血か、栄養バランス、ホルモンバランスなど「今」の血液状態から「今」の健康状態がわかり、食生活のアドバイスができるそう。「血液は未病が見つかりやすい」と高岸先生。

「人は睡眠中に体を修理しています。だから寝たら治るはず。でも、寝ても治らない人がいます」と上級睡眠健康指導士の資格も持つ高岸先生。間違っても持つ高岸先生。間違っても睡眠では体の疲れは取れないそう。体の歪み、睡眠環境、睡眠リズムを整え、質のいい睡眠をとることで健康な体がつくれる。

セミナーでも大人気！血液サラサラチェック

「普段から自分の体をメンテナンスすることが大切です。そうすることで体の変化も感じやすくなりますよ。体調を崩したとしても対応を早くすることで回復も早く、こじれる心配も少なくなります。」と高岸先生。健康は自分で守るもの。同院では、健康を維持するために、整体で歪みを整え、質のいい睡眠法や、血液さらさらの食事内容、適度な運動やストレッチなどセルフケア法を教える。体の調子が最近ちょっと!?!とまっている人はぜひ訪れてみては。

「姿勢が崩れている人が、体の不調を訴えるケースが多いですね。猫背になると、肺が圧迫され呼吸が浅くなり酸欠になることでもあります。これにより血流や神経の流れも悪くなり、肩から首に負担がかかるので、首コリ肩こりに。ひどい場合は、頭痛や腰痛にも。また、内臓下垂が起こりやすく、膀胱脱、子宮脱、尿漏れ、胃や腸の働きも悪くなり、さらにマイナス思考にと。体も心も万病の元ですね」と話す高岸先生。リセット整体は、優しくゆるゆる、ゆらゆらさせる無痛整体。脳反射を利用して、体全体の歪みを整える施術法だ。未病のうち歪みを整えることが大切なんだそう。

自分の健康は自分で守る

「普段から自分の体をメンテナンスすることが大切です。そうすることで体の変化も感じやすくなりますよ。体調を崩したとしても対応を早くすることで回復も早く、こじれる心配も少なくなります。」と高岸先生。健康は自分で守るもの。同院では、健康を維持するために、整体で歪みを整え、質のいい睡眠法や、血液さらさらの食事内容、適度な運動やストレッチなどセルフケア法を教える。体の調子が最近ちょっと!?!とまっている人はぜひ訪れてみては。

改善エピソード

左肩、腰痛の痛みで受診。最初はゆるゆる、ゆらゆらだけの施術で半信半疑でしたが、数回通ううちに明らかに症状が良くなることを実感しました!症状を見ながら、日常生活の自分の動き方やクセなどを教えてくれるので、予防策として非常に役立ちました。今ではずいぶん楽になり、毎日の疲れしんどさからも解放されました。

(芦屋市 40代 Tさん)

回復の3ステップ

- 治療期** 痛みやしびれなどの症状をなくすための施術をする期間。なるべく詰めて通うことで早い回復が期待できる。週に2~3回が目安。
- 回復期** 正しい姿勢を覚えて逆戻りしないようにする期間。痛みがなくなったからといって油断すると、家事などで症状がぶり返す人が出るのもこの期間。1~2週間に1回が目安。
- メンテナンス期** 定期的に体のメンテナンスをすることで、少しの痛みや違和感も悪化することが少なく、快適に生活することができる。1~2か月に1回が目安。同院では通院されている患者の約8割がメンテナンスで通っている。

※通院期間は症状により個人差があり、あくまでも目安となります。

リセット整体 エスコート・芦屋サロン(リタイフ取次店)

芦屋市大原町11-24-202 ラポルテ北館2F
受/月曜~金曜10時~19時
土曜10時~18時
日祝定休 他 要予約
☎0797-69-8977
http://www.escort-osaka.co.jp
エスコート芦屋 で検索



施術料金

- 初回……………10,000円(約60分)
 - 2回目以降……………6,000円(約20~30分)
 - 血液サラサラチェック……………5,000円(約30分)
- ※手ぬぐいサイズのタオル、清潔な靴下は要持参
※更衣室あり
※血液サラサラチェックは病名診断ではありません。

水素風呂「リタイフ」レンタル受付中!

活性酸素を除去!
水素水を飲むより水素を100倍吸収できると言われている水素風呂。美容に、健康維持に、自宅のお風呂が簡単に水素風呂にできる!
月々5,000円⇒3,500円(税別)
※申し込みは左記電話で。



「あしやまくら」で睡眠を支える

枕は頭を支えるものではなく首を支えるもの。かまぼこ型の首枕は寝るだけで背骨が整い、腰痛・首こり・肩こり・鼻炎・いびき・姿勢改善へ。ほどよい硬さで快適な使い心地。洗える素材で、旅行等にも便利な軽量タイプ。
1ヶ12,960円 「あしやまくら」で検索



改善エピソード

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るようになった。足を調整していきよくなって足の痛みや肩腰の痛みまで改善されました。(30代女性)



同院の巻き爪療法「イベントプラス」は、認定講師のみが行える特許施術。1回目から痛みの解放を感じる人がほとんどで再発しにくい技法。

こんな**未病**に…「足が痛くておしゃれな靴が履けない…」
「最近O脚になってきた」

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

「狭い靴が履けなくなった」「我慢できるけど、痛みや違和感が…」等、外反母趾をそのままにしていると足をかばい不格好な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、膨大な施術データを元に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施術が可能で、痛みが少なく施術効果は大きい。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!



神戸外反母趾センター(整骨院サキュレ内)

神戸巻き爪フットケア整体サキュレ
尼崎市武庫之荘1丁目7-14 ブランケット武庫之荘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(8月末まで)
- ①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
 - ②巻き爪矯正が特別価格に!
 - 1指……………15,000円→9,000円
 - 2指……………26,000円→12,000円
- 詳しくはWEBでチェック! ※要予約



触診・姿勢分析器・レントゲン分析による正確な検査で、上部頸椎のズレを確認(希望者は提携クリニックでレントゲン撮影可能)。

改善エピソード

- ※下記以外にもHPに様々な症状が改善された「お客様の声」を100件以上掲載。ぜひチェックしてみてください!
- 首が左右に回らず、頭痛もありましたが、わずか20分の施術で身体がスッとラクになり、目が覚めたようなスッキリとした感覚になりました。首も可動域が広がり、来た時と別人のような気持ちで帰ることができました。(50代 男性)
- どんなにしんどくても施術後こちらから帰るときは体も足も軽く、駅の階段もスムーズに上がれます。しびれもめまいも腰痛もなくなり、本当に感謝です。(60代 女性)
- 施術を受けた後、痛かった腰が来た時と違い軽くなりました。背中の張りも取れ、呼吸が深くできると実感できます。膝の痛みもいつの間にかなくなって、驚きます。(40代 女性)



上部頸椎・骨盤矯正 すまいるカイロプラクティック

神戸市灘区森後町2-3-10 伊達ビル1階
営/10時~14時 16時半~19時(土曜10時~17時)
火・日曜・祝日定休 要予約 HPより24時間予約可
JR「六甲道」徒歩3分、阪急「六甲駅」徒歩5分
※休み:8/3(水)、8/17(水)、8/22(月)、9/1(木)、9/7(水)、9/17(土)、10/1(土)

☎078-843-3318
http://smile-chiropractic.com/

すまいるカイロ 灘区 で検索

こんな**未病**に…「首や肩、腰の痛みやこりがつらい」
「頭痛やめまいにずっと悩んでいる」

上部頸椎(首)と骨盤の歪みが 様々な痛みや不調の原因 安全・正確な調整で根本改善へ

全国でも希少な上部頸椎(首)と骨盤専門、女性カイロプラクターの中瀬古先生。上部頸椎カイロの技術に独自の手法を組み合わせた高技術で、様々な症状の改善実績を数多く上げている。首と骨盤の歪みを、ボキボキしない安全な施術で調整。全身の骨格バランス(姿勢・猫背)を整え、脳からの神経伝達を良好にし、血流・自律神経・ホルモンバランスも整えてくれる。代謝率や免疫力アップにも効果的。首痛・肩こり・腰痛・ひざ痛・股関節痛・頭痛・めまい・しびれなどの慢性症状だけでなく、ぎっくり腰・寝違えなどの急性的な症状も改善へ。また、ストレートネックや眼精疲労・不眠・冷え症・アレルギー・自律神経の不調にも有効。男女問わず人気があり、遠方からの来院者やリピーターも多い。丁寧なカウンセリングとストレッチや生活面でのアドバイスも好評だ。どこに行っても改善しない人は、ぜひ試してみてください。



▼専用ベッドを用い、必要最低限の刺激で身体に負担をかけず、安全で正確に首と骨盤の歪みを調整。ボキボキせず痛くないので安心。



▲全身の筋肉が一瞬で緩み、肩甲骨周りがほぐれ、可動域も広がる。左右の足の長さが揃い、骨盤バランスが整う。首肩こり・腰痛・呼吸もラク!

特典

「シティライフを見た」で
大人5,500円→3,000円(45%OFF)
初検料・カウンセリング料無料
初回は約45分(カウンセリング込)
(10月末まで・要予約・新規の方のみ)



From CityLife
CityLifeのホームページにも
地元情報が満載!!
www.citylife-new.com シティライフ 検索

- CityLifeの紙面情報より詳しく、ご覧いただけます
●お店の情報を動画でチェック!
- スマートフォンからもご覧いただけます
- 地元のお店や読者のブログも掲載
●カテゴリーや地域分けて検索も簡単
●ブログの人気ランキングも表示
●新着ブログも写真付きでわかりやすい