

プチうつ・不妊症・生理不順・更年期障害・冷えなどの女性疾患

JR芦屋駅・ラポルテ北館にオープンした女性による女性のための鍼灸院

JR芦屋駅すぐ、ラポルテ北館2Fのクリニックエリア内にオープンしたばかりのココン芦屋鍼灸院。「何となく調子が悪い・・・」「お薬に頼りたくないけど、この不調なんとかして!」といった未病に対して、大阪の病院内付属治療所で経験を積んだ女性鍼灸師が専任でサポートしてくれる。丁寧なカウンセリングと一人ひとりに対するオーダーメイド処方をしてくれるので、安心してお任せできそう。健康にも美容にも東洋医学は効果的だということで、ぜひ試しに行ってみて!



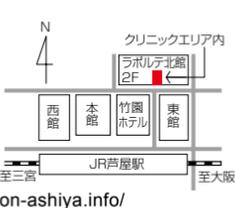
(上)人当たりよく、相談しやすい女性鍼灸師がアプローチしてくれる



(左)清潔感溢れる、上質空間に癒される

【JR芦屋】ココン芦屋鍼灸院

芦屋市大原町11-24
ラポルテ北館2F 204号
受/10時~19時
※完全予約制・年末年始も予約受付中
木曜定休・日曜不定休 P有り
※ラポルテ駐車場を利用の際は、2時間サービスチケットあり
☎0797-25-2318
HPからの予約も可→http://cocon-ashiya.info/



Menu	特典
●鍼灸治療(局所) 約40分4,800円	予約時 「シティライフを見た」で ●メニューから 1,000円OFF! (12月末まで)
●鍼灸治療(全身+オプション) 約60分~.....5,800円~	
●よもぎ蒸し(腰下)約40分2,800円	
●ゲルマニウム温浴(手足) 約20分.....2,800円	
※初診料.....2,000円	

首痛・腰痛・膝痛・しびれ・ヘルニア・坐骨神経痛 など

確かな実績と知識で健康サポート 幅広い症状を短期に劇的改善へ

100万人以上の症状に取り組み、オリンピック強化選手の専任メディカルトレーナーとして活躍した経験から、「西のゴッドハンド」と慕われる山村館長。明治東洋医学院では30年間教鞭を執っただけあって、その知識も確か。的確に診断・施術の上、スピーディな改善を目指す。膝・股関節変形で手術を勧められている人、重症のヘルニアの痛み、さらに「完治は無理」といわれた場合も一度相談を。



100万人以上の症例に取り組んできた経験に基づく施術は的確。高度な技術でさまざまな辛い症状を改善に導き、自宅でのケアも熱心に指導する。

【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・祝定休 ※完全予約制
☎0798-67-2070
http://kenshinkan-miyagawa.jp



施術料金	特典
●初検料...2,000円 ●施術料...6,000円	「シティライフを見た」で初検料無料 (12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

兵庫県初 “外反母趾の手技矯正” 話題の矯正法で放置せず早期改善を

「我慢できるけど、足に痛みや違和感が・・・」「痛くないけど、足が少し変形している」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脚や寝たきりといった重大症状に発展することも・・・。



TVでも紹介された手技による外反母趾の矯正法。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一人ひとり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。遠くは神縄・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!



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。足を調整していくように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)

【尼崎】神戸外反母趾センター(整骨院サキユレ内)

尼崎市武庫之荘1丁目7-14 ブ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(12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).....18,500円→12,000円
詳しくはWEBでチェック! ※要予約

ぐっすり眠れていますか?

テンピュール® 枕やマットレス 全てがお試しできる 関西唯一のショールーム

枕・マットレス無料レンタル実施中

テンピュール® 神戸ショールーム

TEL 078-392-1177
Open 11:00~Close 20:00
定休日:水曜日・年末年始
〒650-0024
神戸市中央区海岸通1-2-19
東洋ビルディング1F

テンピュール 検索
www.tempur.com

ココロとカラダを整える

健康な暮らしを送ろう

今月のテーマは「自律神経の乱れ」。整体Amadocoro 林先生にお話をお伺いしました。

Q 原因の分からない「身体がダルい」「手足の冷え」「頭痛」などは自律神経が乱れているのでしょうか?

A 全身に分布している自律神経はあらゆる不調の原因になっていると考えられます

現代では「自律神経」と「ホルモンバランス」の両方が崩れている女性が大変多いです。どちらかだけでなく、両方のバランスを整えることが大切です。

自律神経は全身に分布しており、乱れると肩こり、頭痛、倦怠感、慢性疲労、めまい、ふらつき、内臓不調、更年期トラブル、動悸、耳鳴り、頻尿、多汗、PMS、不眠、過眠、冷え症、イライラ、気力低下など多くの症状の原因となりやすく、全身どこでも不調が出る可能性があります。一因としては精神的・肉体的ストレス、PCやスマホの使い過ぎなども考えられます。整えるためには疲労やストレスを溜め込まず、しっかりと睡眠をとり、栄養バランスのとれた食事をする。リラックスできる時間や環境を意識し、短時間でも日光を浴びる、食事をしながら何かしないこと。一番大切なのは頭や身体をリラックスさせること。アロマやハーブティーもオススメです。



整体Amadocoro 林さん
リラクゼーションを取り入れた身体に心地よい整体を得意とする。身体の歪みやコリ、自律神経やホルモンバランスの乱れ、内臓不調、肌の老化など、健康・美容の知識が豊富で相談しやすい。

PMS、更年期、冷え症、ストレス軽減、不眠、慢性疲労 など

女性ホルモンの乱れ・自律神経の不調を改善するコースが新登場

女性ホルモンバランスや自律神経の乱れによるPMS、めまい、ふらつき、更年期トラブル、生理不順、肌荒れ、冷えをケアするコースが登場!月経周期に合わせて内臓全体と骨盤調整、ヘッドケアで調子を整えていく。痛くない心地よい刺激で途中で眠ってしまう人も。



利用者の声

数年前から身体がだるく、肩こりや頭痛、胃腸の調子なども悪くて今回ホルモン3か月コースを受けてみることにしました。今、2か月目ですがすごく身体が軽くなって体調も良くなりました。こんなに気持ちの良い整体は初めてで、今では通うのが楽しみになっています。(40代女性)



▲ヘッドケアは目の疲れや食いしばり、頭や首のコリ、不眠、「何だか頭が重い・・・」という方にも効果的。

▲内臓や骨盤、頭蓋骨を調整しながら自律神経に働きかけると同時に、血液・リンパ液の循環も促し代謝や免疫力もUP。

【西宮】整体 Amadocoro (アマドコロ)

西宮市甲子園口2-10-1
ラウル甲子園口1F
営/月12時~18時
水~日12時~22時
火曜定休
☎0798-67-6696
http://www.amadocoro.biz/



特典
●ホルモンバランスセラピー30分.....5,000円→3,000円
●ホルモンバランスセラピー60分.....8,000円→4,000円
上記に追加で 酸素カプセル50分.....1,000円 (1月末まで・初めての方のみ・妊娠中、お腹をさわれない方は不可、要予約、詳しくはHPへ)

不妊症とは? 卵管の異常について

[再掲載] 執筆: 理事長 塩谷雅英

塩谷 雅英 理事長プロフィール
島根医科大学卒業後、京大産婦人科に入局、神戸市民病院を経て、2000年3月垂水に開業。2004年4月に、さんのみクリニックを開院。

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

不妊の原因の中で重要な位置を占めている卵管の異常ですが、その診断は容易ではありません。子宮卵管造影検査を行えば、卵管閉塞や卵管水腫を診断することは難しくありません。その手前の、卵管狭窄を診断することは容易ではありません。実際、卵管狭窄を疑い、原因不明の不妊症という診断のもと人工授精を繰り返すも妊娠に至らない、というケースがあります。当院では卵管閉塞の手前の狭窄の段階で異常を発見し、治療することに力をいれております。具体的には子宮卵管造影検査の際に子宮内圧を同時に測定します。こうすることで、造影剤の注入圧から卵管狭窄を診断するようにしています。また、子宮鏡検査を重視しています。子宮の中にファイバーを挿入し、

すと、子宮筋腫やポリプの有無がわかります。さらに、子宮の中に開いた卵管の入り口を左右1対観察することができ、この様子から卵管の状態を判断することができます。子宮卵管造影検査で正常とされる方でもこの卵管の入り口が塞がってしまっているケースにしばしば遭遇します。