

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

「足が痛くておしゃれな靴が履けなくなった…」 「我慢できるけど、足に痛みや違和感が…」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!



特典
新規の方・初回限定「シティライフを見た」と予約で(1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

【尼崎】神戸外反母趾センター(整骨院サキュレ内)
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
12/30~1/5休み
☎06-6433-0022
http://circla.net/

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)

シティライフ福袋特典
新規の方・初回限定「シティライフを見た」と予約で外反母趾矯正が特別価格に!
片足(40分) 9,800円 → 4,000円
両足(60分) 18,500円 → 7,000円
(1/6~1/19まで)

首痛・腰痛・膝痛・しびれ・ヘルニア・座骨神経痛 など

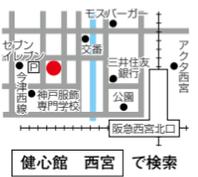
100万人の症状に対応した実績的 確・スピーディに劇的改善へ

オリンピック強化選手の専任メディカルトレーナーとして活躍するなど、山村館長の多様な実績と確かな技術で信頼を集める。明治東洋医学院では30年間教鞭を執り、「西のゴッドハンド」とも称され、プロのアスリートも通い詰める。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も短期で改善を目指してくれる。「完治は無理」といわれた人もぜひ相談してみてください。



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し、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
●初診料…2,000円 ●施術料…6,000円

特典
「シティライフを見た」で初診料無料(1月末まで・要予約・新規の方のみ)



施術は痛くないソフトな手技で安心。その人に最も適した方法を選択し、施術前後の状態をしっかり確認しながら施術してくれるので効果ははっきり実感できるそう。

腰痛・首痛・膝痛・頭痛・肩こり・しびれ・眼精疲労・生理痛・不眠・身体のたるさ など

施術後に違いがはっきりわかる 痛くない手技で不調を即効改善 何でも相談できる雰囲気も好評

我慢している症状を短期間で改善することにこだわる同院。「最近体の疲れが取れにくい」といった悩みから、眠れないほどつらい痛みや原因不明の重い不調まで、正確な検査と豊富な経験で的確に見ぬき、その場しのぎではない根本改善を目指す。「何を試してもダメだったのに、こんなにすぐ良くなるなんて!」と驚かれることが多く、紹介による来院も続々。日々の生活アドバイスも親身してくれ、二人三脚で健康な身体へ導く。悩んでいる人はぜひ一度相談を。



佐藤先生はおだやかな人柄で「きちんと悩みを聞いてくれて、素人でもわかるように丁寧に説明してくれる」と評判。臨床経験も豊富で、大学や専門学校、様々な医療関係者(柔道整復師、鍼灸師、理学療法士、カイロプラクター)が学ぶ研究会などでも長年講師を務めている。

【西宮北口】フロムカイロプラクティック
西宮市南昭和町7-28
阪急西宮マンション1F
営/月~土9時半~12時半
15時~19時
水曜・土曜午後、日曜・祝日定休
12/29~1/4休み
火曜不定休
完全予約制 近隣にコインP有
☎0798-61-2811

利用者の声

- 座った状態から立ち上がる時や、階段の昇り降りをする時にひざがはれて痛かったのですが、1回で痛みが軽くなったので驚きました!家に帰ってできるマッサージの仕方も丁寧に教えていただきました。(50代女性)
- 座り仕事の影響で、腰から足にかけて座れないぐらいの痛みとしびれが、何度か施術していただくごとに楽になって、今では月1回程度、メンテナンスのために通っています。(40代女性)
- ひどい頭痛に悩んでいましたが、施術していただくようになり月3~4回あったものが月1回に、一度起こると3日は続いていたのが1日でおさまるようになりました。(40代女性)

特典
「シティライフを見た」で初回施術(初診料4,000円+施術料6,000円)10,000円→6,000円(1月末まで・新規の方のみ・要予約・すべて税別)

カラダの調子を整える

健康な暮らしを送ろう

今月のテーマは「花粉症」について。
ココン芦屋鍼灸院の小杉さんにお話をお伺いしました。

Q これからの季節は、毎年花粉症に悩まされています。症状軽減には鍼灸が効果的だと聞きましたが、本当に効きますか?

A 花粉症はアレルギー症状の一つ。症状が出る前の対策にはタイミングが重要です。

花粉症は、鼻や口から取り込まれた花粉などのアレルゲンを外敵とみなし対抗するためIgE抗体を大量に作り出した結果、放出されるヒスタミンが局所で炎症をひきおこします。このヒスタミンが放出される部位によって、鼻水、目のかゆみ、涙目、気道の腫れ、肌荒れなど様々な症状が出ます。花粉症対策には、生活習慣を改め、ストレスを溜め込まず、冷え体質を改善して免疫力を上げることも大切な予防法です。鍼灸治療では免疫に関わる白血球数が増えることは知られていますが、タイミングも重要です。スギ花粉の場合などは1月頃から施術をし始めて、2月の飛散時期までできるだけ免疫力をあげて、IgE抗体の過剰な反応を抑制できると、症状はかなり軽くなります。

特徴によってアプローチ内容も様々なので、まずは、ご自身のアレルギーの特徴を血液検査などで把握してください。漢方薬が合う場合もありますので、ご希望の方には専門医療機関をご紹介します。

ココン芦屋鍼灸院
女性鍼灸師 小杉さん
心齋橋にある、大阪漢方医学振興財団の附属鍼灸治療室に勤務後、女性のための鍼灸院を開業。ご自身が女性だからこそ分かる、女性特有のお悩み、ライフスタイルに応じた施術を行っている。

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芦屋駅すぐラポルテ北館にオープン 女性による、女性のための鍼灸院

清潔感溢れる、落ち着いた雰囲気を醸し出す「ココン芦屋鍼灸院」は、JR芦屋駅すぐのラポルテ北館2Fにある女性向け鍼灸院。「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。これからの季節に気になる花粉症などのアレルギー症状にも、早めの鍼灸治療が効果的というから花粉症対策のひとつに取り入れてみては。年始は2日~営業なので健康や美容に役立つ温活メニューなどもぜひ、体感してみよう!



(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)温かみのある同院は、女性が入りやすい雰囲気。

【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

- 一般鍼灸 40分……………4,800円
- 美容鍼灸・不妊鍼灸 60分……………5,800円
- 【花粉症シーズン限定】鍼灸治療(局所)40分3,800円×4回
- オプション……………耳鍼、吸い玉など
- 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
- 温活キャンペーン中!(よもぎ・ゲルマ)50%OFF

特典
予約時「シティライフを見た」で
●初診料→1,000円OFF!(1月末まで)

巻き爪・たこ・魚の目・かかとの乾燥・ガサガサ・外反母趾 など

変型爪や分厚い爪の爪切りも大歓迎 足の悩みもおまかせフットケア専門サロン

足が隠れる季節も、足のトラブルは隠せない。ブーツなど靴が窮屈になると、タコ、魚の目、巻き爪が痛みだすことも。同サロンでは、タコ、魚の目、巻き爪から、分厚い爪や変型爪など、自分では手入れしにくい爪を丁寧にケアしてくれる。シニアの爪切りも歓迎。施設への出張などは気軽に相談を。



「痛くない!」と評判の切らない巻き爪ケア。詳細はHP!

高齢者の爪切りに困っている施設担当者や介護者の方へ
出張フットケアセラビィーはいかが?フットケアの専門家が道具を持って訪問。利用者さんの足のケアを実施。足がスリキリすると痛みの軽減、靴下・靴が履きやすくなるだけでなく気分もスッキリ歩きやすい足に!
※3名以上で対応可。料金などは問合せを!

【芦屋】ドイツ式フットケア&巻き爪ケア専門サロン Jardin(ハルティン)
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Pあり
完全予約制 ※時間外は要相談
☎0797-38-2468
ハルティン 芦屋 で検索

シティライフ福袋特典
物販商品……10%OFF
例)・ネイルオイル1,900円 ・足爪清浄液2,500円
・フットクリーム3,700円 ・足爪切り1,200円
・爪ヤスリ1,000円など
(1月末まで・全て税別)