



ヘルパーの資格も持ち、日常のセルフケアもアドバイスしてくれる中塚さん。恥ずかしい足の悩みもプライベートサロンだから安心して相談できる。

▶巻き爪ケアモニター募集!先着10名まで。詳細は電話にて問合せを。

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P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



「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)。(5月未まで・要予約・新規の方のみ)

巻き爪 足のトラブル改善 爪切りのみも大歓迎

素足に自信がない、痛くて毎日辛い。そんな足のトラブルから解放されたいならフットケア専門サロンへ。悩みを相談しやすいプライベートサロンで、タコや魚の目、巻き爪がスッキリ。爪の変形や割れ・かかとのガサガサもお任せできて、美しい足先へ。シニアの爪切りもOK。施設への出張などは気軽に相談を。



体の不調・悩みを 今こそ改善しよう



▲「便秘は“便を出せる環境が整っていない”状態です。その原因を根本から改善することで代謝が良くなり、ラクな体を実現できます」と南川先生。「2、3日に1回しか出ない」「便が硬い」「よく下痢をする」という人は、体にトラブルを抱えているサインかも。

便秘の放置は、コリや腰痛、めまい、耳鳴り、難聴など思わぬ不調の原因に 「新脳針療法」で薬いらずの体に

多くの女性を悩ませて いる便秘。「薬を飲んで毎日出ているから」という人も実は注意が必要かも。「薬などで強制的に出すのは、体に負担がかかり健康的とは言えません」と同院の南川先生は話す。便の不調を放っておくと不要な 「気分の落ち込み」などを

のを体外に出すサイクルが崩れ、蓄積される事で体の循環が悪化、「疲れやすい」「疲れが取れない」「眠りにくい」などの症状が慢性化して、次第に「めまい」「ガソコ首肩こり」「腰痛」「耳鳴り、難聴」「ふるえ」を整えることで、便秘や諸症状を軽減する。気になる人は我慢せずに専門家に相談を!



創業90年、著書も多く読者同院。東洋医学によるアプローチで実績豊富。

5/25(木)「生活上セミナー」でも、便秘についてのセミナーを実施。より詳しく聞きたい人はP.14もチェックを!

利用者の声
 ●1週間に1回の便秘
 顔のほてり、首肩のこり、全身の倦怠感もありましたが、施術後は、便が3日に1回出るようになり、現在は毎日あり快調です!
 ●3日に1回の便秘
 手のふるえ、歩きにくい、首肩こりなどで悩んでいましたが、便が毎日出るようになると、手のふるえもなくなるようになりました。

新脳針医学研究所 堂島針灸接骨院
 大阪市北区堂島2-3-1 受/9時~12時半、14時~18時半 (土曜は8時半~13時) 木・土曜午後、日・祝休診 ☎06-6345-1000 堂島針灸接骨院 で検索 より詳しく知りたい人はPC版HPへ

Menu
 ●初診料...3,000円 ●施術料(大人)...6,500円
 ●小児科(生後40日~高校生)...1,500円~5,500円
 ●お得な回数券...大人1回あたり5,960円~ (全て税別・障がい者割引、回数券割引あり・詳しくは要問合せ)
 「シティライフを見た」で 初診料1,000円割引 (2017年7月未まで・要予約・税別)



心の悩みに鍼灸は効果的だという



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・GW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/

更年期障害 アンチエイジングに効果的な鍼灸で 更年期や春のプチうつなどを改善

JR芦屋駅徒歩2分のラポルテ北館にある「ココン芦屋鍼灸院」。クリニックブース内にあり静かな環境のなか、相談しやすい女性鍼灸師の院長が対応。症状に合わせた吸い玉やパルス鍼、頭皮鍼を使い分けた施術で症状を改善へと導いてくれる。最近では若い世代にあらわれる「若年性更年期障害や、不妊症などの悩みに鍼灸はもともと、よもぎ蒸し(国産よもぎ100%)などを目当てに遠方から訪れる人も多いそう。冷え、便秘、プチうつなど女性特有のお悩みも体質だとあきらめず「究極のアンチエイジング」になる優しい鍼灸を体験してみよう!

Menu
 ●一般鍼灸.....40分 4,800円
 ●不妊鍼灸・美容鍼灸.....60分 5,800円
 ●よもぎ蒸し治療.....40分 2,800円
 ●ゲルマニウム温浴.....20分 2,800円
 ※併用おすすめメニュー.....80分 7,000円
 不妊鍼灸+よもぎ蒸し治療・美容鍼灸+ゲルマニウム温浴 など
 予約時「シティライフを見た」で 初診料→1,000円OFF (5月未まで)

外反母趾 兵庫県で初めての手法による矯正



「足が痛くておしゃれな靴が履けなくなってきた...」 「最近になって膝や腰にまで痛みが...」等、外反母趾をそのままにしているとパランスを崩し膝痛、腰痛や寝たきりといった重大症状に発展することもある。兵庫県で初となる外反母趾の手法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

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。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。(50代女性)
 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→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 (5月未まで)

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 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/

「住みなれた街で働きたい」そんなアナタを待っています! 求人情報

マチシゴト

職 職種 待遇 時間 勤務地 資格 給料 諸条件

社①ビューティーディレクター・②事務 求人

女性が働きやすい制度充実 勤務日数・時間も自由に選べます

①ビューティーディレクター・エステティシャン・ショップオーナー候補 ②事務 ③固定給制度(15・20・25万円の3コース)・完全歩合制④時給850円 ⑤9時半~20時の間で相談(勤務日・時間はご自分で自由にお選びいただけます。育児や介護との両立も可能) ⑥無料研修制度(エッセ資格取得) ⑦福祉共済制度・保育手当(諸条件あり) ⑧託児費補助制度あり(1時間当たり最大700円) ⑨電話で気軽にお問合せを

POLA THE BEAUTY 住吉店 神戸市東灘区住吉本町1丁目1番5号 アムール住吉2C 間/平日10時~20時 ☎078-891-4292(採用担当まで) POLAは美容を通じて女性の幸せを応援しています。育児中ママも活躍していますよ。

私たちと楽しいキャンプしませんか?

SPORTS AUTHORITY スポーツオーソリティ 春のビギナーズキャンプin近畿

テントの設営、ランタン、ダッチオーブンの使い方などキャンプを楽しむメニュー盛りだくさん! 『キャンプを始めたばかり・始めたい』とお考えの方におすすめ! 疑問・質問もお答えします!

日時:6月24(土)・25(日)
 開催場所:スノーピーク箕面キャンプフィールド(大阪府箕面市下止々呂美727)
 参加費:大人2,500円/子供(3歳から18歳以下)1,500円、キャンプサイト代6,000円(電源なし)
 イベント内容:テント設営講習会/ダッチオーブンの教室/ランタン講習会/焚き火体験会 (その他オプション企画も予定)
 募集人数:近畿エリア店舗合計先着60組さま 店舗の詳しい情報はHPへ
 6/13(火)まで(近畿エリア各店舗にてお申込みください) [スポーツオーソリティ](#) 検索