

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

## 外反母趾や巻き爪でおしゃれな靴をあきらめていませんか？

パンプスやミュール、サンダルなど足の露出が増えるこれからのシーズン。外反母趾や巻き爪・O脚など自信の持てない足で、おしゃれな靴をあきらめていませんか？同院では、TVなどメディアでもおなじみの足指ソムリエがあなたの足の悩みを徹底改善してくれる。遠くは沖縄・広島・静岡からわざわざ通う人がいるほど。外反母趾や巻き爪は放っておいても改善はされず、むしろ悪化し脚をかばう歩き方になり、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…。今年の夏にむけて、まずは気軽に相談してみてください！



▲院長木方さんの施術手法は業界内でも有名で、他院院長にも教えている。



TV取材で外反母趾・巻き爪予備軍のお子さまに家でもできるゴルフボールエクササイズを指導している様子。



**1度目の施術で痛みの解放を感じる人がほとんど**  
大阪初「イベントプラス療法」は認定講師のみが行える特許施術。その特徴は矯正力が高く、重度な巻き爪も改善でき、再発しにくいこと。他の施術方法ではダメだった人も来院しており、遠くは大阪から通う人もいます。

**改善エピソード**  
歩けないほどの痛みでしたが、一回目の施術で指の痛みがなくなり、歩いて帰ることができました。数回通い変形爪も正常形へ戻り、今ではオシャレな靴も履けて、自分の足が好きになりました。(40代女性)

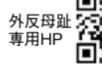
**近畿圏初の矯正法 痛みの少ない手技療法**  
同院が行う手技による施術は、それぞれの症例に合わせた施術なので、痛みが少なく・施術効果が大いのが特徴。72,000人もの施術経験をもとに、改善までをサポートしてくれる。

**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)

### 【茨木】大阪外反母趾センター 大阪巻き爪フットケア専門院 (ありがとう鍼灸整骨院内)

茨木市舟木町5-3 シャルマンコートモリー1F  
営/11時~14時、17時~22時  
(土曜 9時~12時、16時~19時)  
日曜祝日・水曜午後 定休

☎072-638-5777



#### 特典

新規の方・初回限定「シティライフを見た」と予約で  
①外反母趾矯正が**50%OFF**  
●片足(30分).....8,600円→**4,300円**  
●両足(60分).....16,200円→**8,100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**  
●初診料(①②).....1,100円→**無料**  
詳しくはWEBでチェック! ※要予約(4月末まで)

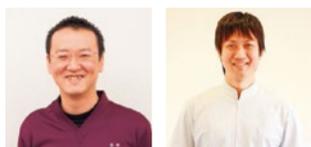
外反母趾、足の痛み、巻き爪、足のむくみ など

## 手術しかないと言われた「外反母趾」外反母趾専門家 推薦の外反母趾専門整体

「ヒールやパンプスを履くと痛くて歩けない」「病院で手術しかないと言われた」「外反母趾に良いと言われるサポーターの効果がない」といったことで困っている人に朗報！整体王国では、外反母趾専門の手で行う整体だけでなく「歩行指導」も合わせることで再発防止と根本原因を取り除いてくれるようだ。他県の外反母趾専門家も絶賛する歩行指導を合わせた手技で、履きたくても履けなかったお洒落な靴を履けるようになろう！



「手の整体と合わせて正しい歩き方を身に付けることで、外反母趾を改善するだけでなく再発防止につながります」と西脇先生



愛媛県・兵庫県の外反母趾専門家も絶賛する

### 【豊中】整体王国 豊中院

豊中市本町7-1-28 豊中本町イマイビル1F  
阪急宝塚線  
豊中駅から徒歩約7分  
営/平日10時~14時、16時~20時  
土曜10時~18時  
日曜・祝日 完全予約制  
近隣P有

☎06-6152-7260  
http://seitai-kingdom.com/



#### 特典

「シティライフを見た」と予約で  
●外反母趾矯正が**50%OFF**  
●片足(初回40分).....8,640円→**4,300円**  
●両足(初回60分).....16,200円→**8,100円**  
(初回限定、4月末まで、要予約)

不妊症・アトピー・生理痛・むくみ・腰痛・頭痛 など

## アトピー、不妊症、自律神経失調症 原因を根本から改善、親身で安心

自らもアトピーに悩み、漢方で完治した経験からこの道へ。だからこそ「親身に治療してくれる」と患者からの信頼が厚い西口先生。豊富な実績と常に学び続けて蓄積した深い知識で根本原因を追究。アトピーをはじめ幅広い症状を改善へ。まずは気軽に相談してみてください。



とても相談しやすい人柄でありながら、診断は的確

### 【緑地公園】春風漢方薬局

豊中市寺内2-2-22 シャトーエデン109  
営/月~金 9時~19時半  
土 9時~18時 日曜・祝日定休

☎06-6151-2491  
春風漢方薬局で検索



#### 患者さんの声

全身のかゆみ、かくと汁が出る、痒みで眠れない、というアトピー症状で、ステロイドが効かなくなり来店。体が冷えていたように温める漢方薬を服用し、3ヵ月後、痒みが全くなりました！親切な対応にも感謝です。(40代女性)

# 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「膝痛」  
Locofi-Lifeの勝浦代表にお話をお伺いしました。

最近、膝に痛みが出てきています。改善するには太ももの筋肉を鍛えたらいいのでしょうか？

**A** 膝痛の原因は太ももの筋肉の使いすぎです。まずはお尻の筋肉を鍛えましょう！

私自身、膝の手術を5回経験しているので、辛さがよくわかります。痛みを取り除き、一緒に再発防止の為に身体づくりをしましょう！

膝の痛みが出てきている方に共通することは、太ももの筋肉が硬くなっていることです。筋肉は関節を動かす働きとともに骨と骨を引き寄せます。使いすぎて硬くなった太ももの筋肉では、過度に関節に負担をかけてしまい、痛みの原因となります。ではなぜ、太ももの筋肉を使いすぎてしまうのか。それはお尻の筋肉が弱くなっているからです！女性では出産、男性では腰の背骨が硬くなってきたタイミングでお尻の筋肉が使いにくくなり、その分を太もも前の筋肉でカバーしてしまいます。その結果、太ももの筋肉が硬くなり関節への負担が強くなる…ということです。膝が痛くなってきた方はまずお尻のトレーニングを試してみてください。



Locofi-Life 勝浦聡さん  
プロラグビー選手時代の怪我をきっかけに、理学療法士・アスレティックトレーナー・他多数の認定資格を持つ。2児の父で子育て真っ最中。

膝痛・腰痛・姿勢の崩れ・骨盤の歪み など

## 慢性的な膝痛・腰痛を改善 エクササイズで再発予防も

膝や腰の痛みが辛い...と悩んでいる方にオススメ！理学療法士や多数の認定資格を持つ勝浦代表が一人ひとりの筋肉・関節を丁寧に調整し、身体の使い方を指導。エクササイズを行うことで改善へ導く。今まで諦めていた趣味を再開する方も。充実した日常へ！



勝浦代表自身も膝の手術を5回経験。痛みの辛さを理解してくれるので安心して任せられる。

### 【吹田】Locofi-Life

吹田市高野台1-4-2 2F  
営/平日9時~21時(木は12時まで)  
土曜10時~18時 Pあり  
日曜、祝日、お盆、年末年始休み

☎06-6170-2176  
http://www.locofilife.com



#### Menu

パーソナルセッション  
●初回(75分).....7,500円  
●2回目以降(60分).....6,000円

#### 特典

「シティライフを見た」で、  
●体験パーソナルセッション(30分)1,500円→**無料**  
●パーソナルセッション初回7,500円→**3,000円**  
(4月末まで)

不妊症、PMS、橋本病、パセドウ病、パニック、乾癬など

## 不妊症、更年期、うつ・パニック 体調に不安を感じている方に

じっくり丁寧なカウンセリングで心と体の悩みを相談できる漢方薬局。4月は環境の変化に伴い心身のバランスが崩れる時期。この時期起こりやすいうつ、めまい、頭痛、倦怠感他、肌トラブル、胃腸障害、リウマチ、関節痛など多様な症状に対応。原因を見つけ出し生活を見直し自分でコントロールする方法まで教えてくれる。「ここに来て本当に調子が良い」との声が多いのは、患者と向き合い本当に適したものを選んでくれるからこそ。



薬剤師、国際中醫師の資格を持つ井上先生夫妻。相談は予約制で店内は落ち着ける雰囲気。

#### 喜びの声

●まだ30歳でしたが体外受精4回で陰性。先生に原因がわからないと言われ友人の紹介でゆきさんへ。体力不足と血の滞りが原因とすることで漢方を飲み、8か月後に治療を再開したところ1回目の体外受精で妊娠できました！(吹田市30代女性)  
●10年前に掌蹠膿疱症と診断され何もしても良くなりませんでした。それが漢方を始めてからたった4か月できれいな手になり、手袋なしでシャンプーも食器洗ひもできるように。ほんとに嬉しくて毎日が楽しくなりました。(東大阪市30代女性)

#### 子宝相談は評判で同店の得意分野。クチコミで県外から通う方も多く、妊娠した3人に1人が40代。井上先生は不妊治療の勉強会で講師を務めることも。詳しくはホームページで。



「ゆきさん」で検索

### 【吹田】漢方薬局 ゆきさん

吹田市山田西3丁目57-20  
ピオパレス王子101  
営/平日9時~19時、水曜9時~13時  
土曜9時~17時  
日・祝日 駐車場2台あり

☎06-6816-9677  
漢方相談は電話でご予約を  
http://wu-xiang-dou.co.jp



## CityLifeのホームページにも 地元情報が満載!!

- CityLifeの紙面情報をより詳しく、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

