

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？

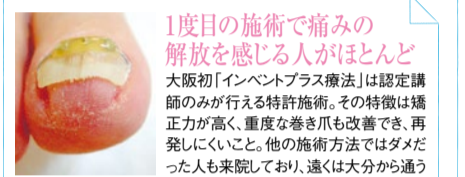
パンプスやミュール、サンダルなど足の露出が増えるこれからのシーズン。外反母趾や巻き爪・O脚など自信の持てない足で、おしゃれな靴をあきらめていませんか？同院では、TVなどメディアでもおなじみの足指ソムリエがあなたの足の悩みを徹底改善してくれる。遠くは沖縄・広島・静岡からわざわざ通う人がいるほど。外反母趾や巻き爪は放っておいても改善はされず、むしろ悪化し脚をかばう歩き方になり、不格好なO脚や寝たきりといった重大症状に発展することも…。今年の夏にむけて、まずは気軽に相談してみてください！



▲代表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。

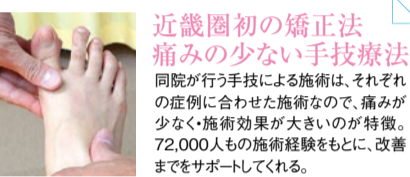


TV取材で外反母趾・巻き爪予備軍のお子さまに家でもできるゴルフボールエクササイズを指導している様子。



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、遠くは大分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、施術効果が大きいのが特徴。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あるように、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。(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 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(6月末まで)	

美容と健康は毎日の食事と正しい服薬から

サンショウと山椒
サンショウは日本を含む東アジアに分布し、薬用としても香辛料としても幅広く私たちの日常に使用されています。薬用には夏から秋にかけて果実を採取し、基原植物 Zanthoxylum piperitum De Candolle (Rutaceae)の成熟した果皮で、果皮から分離した種子をできるだけ除いたものと規定しています(現

和漢薬とハーブの話
文笹川薬局 笹川悦子
第26回
晴れた日の外出は薫風が心地よく、木の芽や若葉が目に見える季節です。園芸店には、小さいけれど、葉をつけたサンショウの苗木が並んでいます。

在市場では、果皮と種子が混在している場合があります。代表的な漢方エキス剤には、大建中湯(サンショウ、ニンジン、カンキョウ)のエキスにコウイを加えたものがあり、特に体力が低下した人でお腹が冷えて痛みや腹部膨満感がある場合に効果があります。その中で、山椒は乾姜とともにお腹を温めて冷えを取り除く薬味(温中散寒)として配剤されています。

す。またこの処方では、開腹手術後の腸管通過障害に伴う腹痛や膨満感に汎用され、化学成分の薬品にはない効果を発揮してくれます。山椒は、若葉も種子も普段の食事に薬味としてお吸い物に浮かべて香りをお楽しみください。乾燥した実には七味香辛料に、粉末にしてウナギの蒲焼きにふりかけたり、日本のスパイスの一つとして重宝します。

食卓の一皿に山椒一つ添えると、その香気や風味が料理が上達したように錯覚するの奇妙に元気が出て自画自讃したくなります。このサンショウの効果は私だけでしょうか？



【サンショウ/Japanese pepper】

不妊症、更年期障害、PMS、うつ、パニック、にきび、掌蹼膿疱症など

梅雨、湿度の高い季節 むくみ、めまい、体の痛み要注意

煎じ薬、粉薬の調合も行う北摂でも数少ない漢方専門薬局。6月は梅雨時で湿気による不調が出やすい時期。この時期起こりやすいむくみ、めまい、胃腸障害、皮膚疾患他、橋本病、バセドウ病、パニック症候群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 [箕面市30代男性]
毎日体中にかゆみの強い蕁麻疹が出るようになり、皮膚科では原因不明で薬を飲みながら付き合っていくしかないと言われ妻の紹介で柚花さんへ。蕁麻疹が起こる原因を伝えられすごく納得。漢方を飲むこと3か月薬なしでも蕁麻疹が起これなくなりました

喜びの声 [豊中市40代女性]
流産を繰り返して二人目がなかなか授かりませんでした。平熱が35℃台と低く筋腫もありました。41歳だったためあきらめ半分でしたが漢方を飲みながら自然妊娠、出産。反発もりましたが生活面を注意してもらったのが出産につながったと感謝しています

【吹田】漢方薬局 柚花香房

吹田市山田西3丁目57-20
ピアパレス王子101
営/平日9時～19時、水曜9時～13時
土曜9時～17時
日・祝定休 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>



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する。詳しくはホームページで「柚花香房」で検索



頭痛、片頭痛、緊張性頭痛、めまい、吐き気など

片頭痛でお悩みの方必見 頭痛専門院の「日だまりショット」

「頭がズキズキ痛い、頭痛薬をよく飲む...など、頭痛は放っておいても、悪化してしまう人の方が多く、頭痛で吐き気やめまいまで引き起こすことも。」と多久院長。間違った姿勢やストレスなどの積み重ねで、首の骨にプレッシャーがかかり頭痛の原因に。同院では、首の骨のラインをチェックし、血行不良のもとを整え、数回の施術で積み重ねた首への負荷を徹底改善してくれる。



頭痛の原因を根本から改善するため、具体的な頭痛の悩みや習慣などカウンセリングを行い、原因を根本から改善。もう頭痛に悩まされない健康なカラダを応援してくれる。

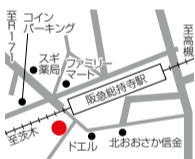


「あなたの頭痛の原因と治し方がわかります！ぜひ相談ください。」

改善エピソード 年齢的なもの(更年期)もあるのか、ハンマーで殴られるようなズキンズキンと脈打つような痛みと吐き気がありました。今では、ひどい頭痛に悩まされることなく、薬を飲まずに過ごしています。とても楽になりました。施術は、血流の滞っている所をほぐして下さる感じで、痛み持ちにくいのがとても心地良くなっていきます。(Kさん)

総持寺バランス整体院

茨木市中総持寺町7-11-1F
営/9時～12時
14時～19時
(土日は9時～15時)
水・祝日定休
総持寺バランス整体院と検索
☎072-646-6299
<https://www.atamaraku.com/>



特典
「シティライフを見た」と予約で
●頭痛治療「日だまりショット」.....8,000円→**2,500円**
(6月末まで)

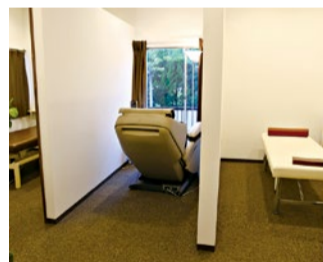
冷え性・倦怠感・不妊・睡眠障害・頭痛・肩こりなど

30～60代の女性がこぞって通う 女性特有の疾患ならお任せ

阪急山田駅徒歩2分に昨年オープンした「おおたに鍼灸整骨院」。女性特有の疾患(冷え性、倦怠感、だるさなど)に対して体を整えることで改善を目指す。「どこに相談すれば良いかわからない」といったなんとなくダルイといったような辛さも豊富な経験を持つおおたにさんに頼ってみて。

おおたに鍼灸整骨院

吹田市山田西4-1-11
営/9時半～12時半、16時半～19時半、
土曜日は9時半～15時、13時～16時は
予約制(自費診療)、水曜午後・日祝休み
☎06-6835-5080
<http://www.ootani5080.com/>



(写真上) 清潔感があり、落ち着いた雰囲気の中でゆったりと施術を受けられる。店内ではお茶や雑貨の販売も。

(写真左) 大谷院長。豊富な経験から根本原因を見極めに定評有り

サークル・クラブ・ボランティアなど、北摂で仲間と共に活動しているみなさんをご紹介します。

地域サークル

みのお手づくりの会 (箕面市)

スタート/2005年 活動/毎月10日10時～16時
場所/みのお市民活動センター(キューズモールWEST1-2階) 出店費用/2,000円
問/090-9988-9821(ごんだ) <https://minoh-tezukurichi.jimdo.com/>

みのお市民活動センターで13周年を迎えた「みのお手づくり市」。親子で舞台芸術を鑑賞する「おやこ劇場」の活動仲間だった4人が京都の手づくり市などを参考に、毎月10日に素人の手づくり品にこだわったイベントを企画・運営している。レース編みや着物地ドレス、小物などこれまで100店近い出店者が参加。ここでデビューして活動を広げた出店者も多いとか。「出店者と友達のように付き合えるのが楽しい」と毎月楽しみに訪れる常連も多く、地域のコミュニケーションの場にもなっている。オリジナリティと温かみのある手づくり作品や出店者に会いに出かけてみて。

スタッフの4人も、試行錯誤を重ねながら、パソコンやディスプレイなどそれぞれ得意技を活かして、息の長い活動を続けている。