

巻き爪、うおのめ、たこ、かかとのひび割れ、など足のトラブル

巻き爪の改善&フットケア 専門サロンが高槻にオープン

NEW
OPEN

巻き爪や変形爪、ガサガサな足裏など、様々な爪や足のお悩みを改善するフットケア専門店がJR高槻駅すぐグリーンプラザ4Fにオープン。7,000人以上施術経験のあるJNA認定講師が丁寧に施術。1回でも痛みが軽減し、甘皮ケアや保湿もしてくれるので見た目も全然違うと評判。男性の来店も可能、まずは気軽に相談して。



(上)軽度の巻き爪。自覚のない人も多い。

巻き爪ケア2指の施術手順(所要時間60分~90分)

- ①フットバスで足を温めて爪を柔らかくする。
- ②くい込んだ巻き爪を器具を使って改善していく。時間は10分ほど痛みはほとんどない。軽度の巻き爪であれば1回で完了する。
- ③乾かしてコーティングし、形状記憶させる。
- ④甘皮ケアと爪の形を整え、オイルで保湿して終了。



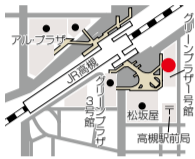
(右)4階のビューティーサロン美セレクト内に併設。

Foot Care Salon O's

フットケアサロン オズ

高槻市紺屋町1-1
グリーンプラザ高槻1号館 4F
(美セレクト内)
営/木・土・日の11時~19時
(時間外応相談)

☎072-686-3300



特典 |

- 「シティライフを見た」で(新規の方、12月末まで) ※税別価格
- 巻き爪ケア(1指) 7,000円→**3,500円**
 - 巻き爪ケア(2指) 14,000円→**7,000円**
 - 角質ケア(両足足裏全体) 3,000円→**2,400円**
 - ジェルネイルワンカラー(フットのみ) 7,000円→**6,500円**

肩こり・腰痛・五十肩・冷え症・むくみ など

冷え症・むくみでお悩みの方は、必見 足裏マッサージで全身の血行を改善

寒さがこたえるこれからの季節。冷えやむくみでお悩みの方は、足裏マッサージを試してみれば。足裏には、身体の各器官や臓器につながる「反射区」があるため、これをもみほぐすことによって血流の促進や内臓機能の活性化が期待できるそう。「楽楽堂」では、全身のバランスを調整することに重きを置き、本場中国仕込みの手技を駆使した施術をしてきて、「病院に行っても治らなかったのに、ここに来て良くなった」という声も多数。頑固な持病をお持ちの方、慢性的な不調を感じている方も一度相談してみよう。



院長 李 占法 (リセンホウ)

中国で何度もメディアに取り上げられたことがある李先生は、この道20年以上のベテラン。東洋医学の経路とツボ治療に精通し、日本で「柔道整復師」の国家資格も取得している実力派。



冷え、むくみ、自律神経を整えるのに効果的な足裏



Menu |

- 全身整体・足裏・ダイエット・吸玉・刮痧の各コース
- 40分 4,500円
 - 60分 6,000円
 - 70分 7,000円
 - 90分 8,500円
- ※お得な回数券あり 「楽楽堂整骨院」にて各種保険取扱

特典 |

- 「シティライフを見た」で
●各コース(初回のみ)**2,000円OFF!**(12月末まで)

中国整体 楽楽堂

茨木市西駅前5-36
茨木高橋ビル6F
受/9時半~20時半
無休 予約優先
☎072-623-6789
http://raku-ibaraki.jp/
[JR茨木 楽楽堂]で検索



変形性膝関節症、変形性股関節症(関節の変形と痛み治療専門)

膝・股関節の痛み、O脚、 「変形性」の膝・股関節でお悩みの方へ

「手術しか方法がない」と言われた変形性股関節症の患者さんも、来院時は痛そうに杖をつけておられましたが、今は杖なしで歩かれています」と山田先生。来院当初は、階段の昇り降り時や、歩くと膝が痛み、正座も困難なほど変形性膝関節症に苦しんでおられたという。今は正座はもとよりテニスやダンスもされているようだ。「人の関節は正しく動くように導いてやれば、再び動きだし、痛みも緩和され歩く機能を取り戻していきます」。変形を改善するには、時間がかかるようだが、ご本人の「良くしたい。歩きたい」という強い思いと努力があれば改善していくという。諦めずに相談してみてください。

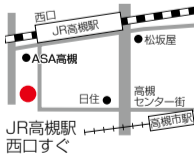


Menu |

- 変形性の膝・股関節症専門治療
- 初めての方 6,000円
 - 2回目以降の方 3,000円

いこい治療院

高槻市上田辺町2-12
VIVID BLD II (ヴィヴィッドビルドゥー)
JR高槻駅西出口徒歩20秒
受/9時~19時 完全予約制
日曜午後、祝日休診
☎072-685-5414
http://takatsuki-ikoi-chiryuin.jimdo.com/



編集後記

「ラーメン&さびEXPOって和歌山人の関与がぬげない」のツイートをみた。和歌山のほとんどのラーメン店には蕎麦が卓上に置かれ、自由に食べられるシステム(自己申告制)になっています。蕎麦とラーメンは常にセットなんですね。関与がはりましたね。ラーメンEXPOに是非お越しください。P.27~29参照(和歌山出身者さん)

シティライフ主催、プロから学ぶ「生活向上セミナー」in茨木商工会議所が12月18日に開催。(詳しくはP.7をチェック)生活に役立つ美容やペットの情報から続、お金の話など、それぞれのプロから「ためになる」お話しが聞けるチャンス!複数コマの受講もできるのでぜひ行ってみたい(カン)

2018年も残りわずかです。中学生の娘と格闘する日が増えてかなり戸惑いもありました。私自身いろんなことに挑戦できて実りのある一年でした。来年はお地蔵さんのように動かない心と健康な体を目指してパワーアップしていきたいと思っています。(でい)

12月といえばクリスマス。子どもの頃、サンタを信じていたかどうか、という話になってふと気づいたのが、わが家にサンタは来なかったということ。それでもクリスマスツリーを飾ったり、ケーキを食べたりして、とても楽しかった思い出があります。今年はどんなふうに過ごそうかな。 (ラーメンEXPOという手もあるな、まっつー)

カラダの調子を整える

健康な暮らしを送ろう

不妊漢方アドバイザー・体調不良、免疫(活性細胞) など

アトピー性皮膚炎、ニキビ、夏季潰瘍 酒サ、掌蹠膿疱症、じんまひの相談

アトピー性皮膚炎・ニキビ・アレルギーなどの皮膚のトラブルは皮膚の表面の赤味や痒みを止めるだけの新薬による対処療法が行われているが、化学薬品の長期使用は皮膚の黒ズミや角質化、免疫低下に繋がり、却って副作用やリバウンドに苦しんでいる人も少なくないという。「漢方薬は、一時押さえだけでは無体質改善を行い免疫力を整え、自ら赤味や痒みの出ないイキイキとしたお肌へ導きます」と藤本先生。皮膚のトラブルはもちろん、不妊症、冷え症、自律神経、神経痛、リュウマチ、癌・免疫の食養生など、諦めないで一度相談してみれば。



高槻薬店は大阪で唯一「あなたの町の国際中醫師」に掲載された藤本先生。

漢方瑞雲 高槻薬店
高槻市芥川町1-11-1 (JR高槻徒歩3分)
水曜・講習会日休 相談/10時~18時
☎072-686-0090
国際漢方 茨木薬店
茨木市真砂1-11-35 (平和堂1F)
無休 相談/10時~18時
☎072-638-9939
※各店、予約制の為相談前に一度連絡を

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

放っておくと危険な 「巻き爪」「外反母趾」は 評判の「足指ソムリエ」が改善

外反母趾や巻き爪などの足のトラブルに、自己流のケアは禁物。ムリやり矯正や爪を切るなどして悪化させる場合は多く、脚をかばって歩くことで「不格好なO脚」や、寝たきりといった深刻な事態に発展することも。同院の木方先生は、TVでも活躍中の「足指ソムリエ」。外反母趾・巻き爪施術の講師として他院の院長先生にも指導するほどの木方先生を頼り、沖縄・広島・静岡からわざわざ通う人も。「足や爪の形がコンプレックス」「足が痛くておしゃべりな靴を履きたくない」悩み、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療法。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。他の療法方法ではダメだった人も来院しており、速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、一回目の施術で足の痛みがなくなり、歩いて帰ることができました。数回通い変形も正常形に戻り、今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療法なので、痛みが少なく、施術効果も大きいのが特徴。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できるように。足を調整していきうようになり、足の痛みや肩腕の痛みまで改善されました。(30代女性)

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ア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!**
- 1指 15,000円→**4,500円**
- 2指 26,000円→**6,000円**
- 初診料(①②) 1,100円→**無料**

詳しくはWEBでチェック! ※要予約(12月末まで)

「東洋整体蘇生術」 昇喜整体センター

関節の痛みや腰痛の悪化など、冷えからくる身体の不調が気になる冬。「昇喜整体センター」は一人ひとりの症状を丁寧に丁寧に、親切丁寧な施術が基本。ソフトで満足できる施術が評判です。1時間以上かけて行う施術では、骨だけ、筋肉だけでなく、骨格神経筋肉・血行の全てのバランスを整えることで免疫力や代謝機能をアップ。身体本来の機能が回復して自然治癒力が高まるから、腰痛や冷えといった症状の改善はもちろん、風邪にもかかりにくい体

ご相談ください。

ボキボキと音がする、痛い、と心配でしたが、ふと軽い力が加えられると、次の瞬間には肩の痛みが消えていました。辛い部分に先生の指が吸い付いて疲れを取り除いてもらっているような感覚でした。施術後は身体もボキボキスリリしました。

体験者 Sさん

茨木市片桐町10-5
受付/9時~17時30分 水曜休
☎072-624-4811
P.105
(高槻072-626-4600)