

腰部椎間板ヘルニア・坐骨神経痛・五十肩・膝痛など

西宮北口の地で50年の実績 痛みの原因の神経から整える

遠方の人やトップアスリートも通う西宮北口の老舗接骨院。痛みの改善に自信を持つのは、痛みの原因である神経へ整体を施す技術があるから。身体を形作る骨や、骨を支える筋肉が痛む場合でも、筋肉を動かしている神経を整えなければ、根本的な改善には繋がらないとのこと。整体自体はソフトな施術なので、重度の痛みを抱える人も負担を感じることが少ないという。子どもから高齢者まで多くの人が通うのも納得だ。まずは読者限定の初回キャンペーンを活用し、長年抱えてきた痛みを相談してみよう。



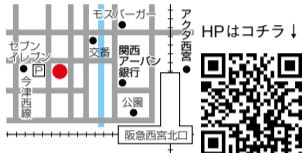
(上)「痛みの根本を改善するには、骨や筋肉よりも神経へのアプローチが重要」と山村院長。
(右)明るく広い院内で落ち着いて施術が受けられる。

患者さんからのコメント

肘の痛み、腱鞘炎で悩んでいました。痛み止めの注射を打っても効果がなかったのですが、通院して2ヵ月後には痛みが気にならなくなりました。(西宮市・40代)

宮川接骨院

西宮市南昭和町5-15
営/9時~12時、16時~20時
土曜9時~14時
日・祝定休
☎0798-67-7061



HPはコチラ↓
特典 | 「シティライフを見た」とご予約で初回通常8,500円(初見料2,000円+施術料6,500円) → **3,000円** (3月末まで。先着15人限定)

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・・・」「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バランスを崩し膝痛・腰痛や寝たきりといった重大症状に発展することも・・・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。まずは気軽に相談してみよう。



LINEで無料相談

右のQRコードからLINE登録いつでも足のお悩み相談OK! 24時間以内に返信してくれる。



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~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/



特典 | 新規の方・初回限定「シティライフを見た」とご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→**9,000円**
詳しくはWEBでチェック! ※要予約 (3月末まで)

編集後記

今月号では、尼崎市にある「尼崎の森中央緑地」取材しました。環境創造のまちをテーマに100年かけての森づくりを進めている公園です。広い敷地には豊かな自然があり、子ども向けの環境学習なども行っています。3月にはイベントが開催されるので、ご家族で遊びに行ってみてはいかがでしょうか。(鉄)

和菓子の世界はなんと繊細で美しい。京都では船を仕入れる和菓子店も多いそう。今回珠玉の6選は、意図せず、自家炊きする店ばかり。某店主の言葉、「船はその店の命」を感じながらいただいた。和菓子の名前(菓銘)というも姿形にも、歴史や季節、作り手の「想い」が込められていて・・・なんと、ロマン。(minori)

いよいよ娘が小学校を卒業します。卒業式を思うと今更に泣きそうです。つい最近、スマホに撮り貯めていた娘の写真を見かえす機会があり、小学校4年生あたりからグッと顔つきや雰囲気が変わっていたことに気づきました。成長の証なので誇らしくありますが、やっぱり寂しさも。あんまり早く成長しないであってほしいが本音かもです。(さけ)

もうすぐ新しいシーズンが始まりますね。今月号は暮らしに変化を与えてくれる「カルチャー」特集。ピラティスやヨガ、音楽に英会話など、さまざまなジャンルのカルチャーを紹介いたします。この春は新しいことにチャレンジしてみませんか。僕はなにか体を動かすことをやってみたいです。(まえて)

カラダの調子を整える

健康な暮らしを送ろう

待ちに待った春。散歩や行楽を楽しみにしていても、腰や膝の痛みで悩む人は多い。西宮北口の宮川接骨院・山村院長に痛みのもとについてお話を伺いました。

あなたの膝はちゃんと伸びていますか? 姿勢悪化の原因は曲がったままの膝かも

私たちは普段何気なく立って、歩いています。その中に、姿勢の良し悪しに関わる重要なポイントがあります。それは「ちゃんと膝が伸びているかどうか」です。普段はあまり意識していませんが、実は多くの人が膝を伸ばすことが出来ずに生活しています。膝が伸びていないということは、上半身を支える下半身の筋肉に力が入らないということ。すると、腰回りの筋肉が正常に働かず、上半身を支えることが出来なくなり、姿勢の悪化につながります。この様な形で悪循環に陥り、腰痛や膝痛の原因になることも。

膝を伸ばす事で腰が安定し、上半身を支えやすくなり、自然と姿勢が良くなっていくのです。また、足には、動かすことで体の循環を良くする働きがあります。足の筋肉が正常に働けば、体の痛み全般の改善に役立ちます。まずは、自分がちゃんと膝を伸ばせているかどうか、確認してみてください。



宮川接骨院 本院
山村 宣延院長

膝が伸びていないからと言って無理に伸ばそうとすると、悪化の原因となります。改善に向け、少しずつ取り組みましょう。

きっとすべての女性が ステキなママになれる。 わたしたちはそう信じています。

不妊治療専門のクリニック

各種治療、検査を行えることはもちろん、最先端の医療設備と技術を持つ不妊治療に特化した総合クリニックです。専門分野に長けたドクター20名以上が揃い、170名以上のスタッフ全員が日々患者様をサポートしております。



それぞれの患者さまに応じた適切な医療を

不妊治療には様々な要因があり、その治療法にもいろいろアプローチの方法があります。当院では男性・女性、お身体の体質、心の要因など多岐にわたる要因をしっかりと究明した上でみなさまに最良の治療をご提供しています。患者さんと向き合い、まずはしっかりした検査を行い、納得いただけるような関係性を築くことを何よりも大切にしています。どうか一人で悩まず、あなたの声をお聞かせください。

英ウィメンズクリニック

不妊治療/体外受精/男性不妊
神戸市中央区三宮町1-1-2 三宮セントラルビル2・7・8F
診療日時(予約制)/平日 8時半~16時
土日祝 8時半~15時

☎078-392-8723 英ウィメンズクリニック 検索



西宮市

中小企業施策説明会& ものづくり補助金対策セミナー

経済産業省の中小企業向け支援施策・各種助成金等について、説明会を開催いたします。併せて、今春より公募開始が始まる「ものづくり・商業・サービス経営力向上支援補助金(ものづくり補助金)」の事前対策セミナーと個別相談会も開催いたします。新分野への進出や生産性向上の取り組みをお考えの事業者の方は、ぜひご活用ください。

●日時:3月1日(金)13時半~16時半<第1部「中小企業施策説明会」13時半~14時半/第2部「ものづくり補助金対策セミナー」14時半~15時半/第3部「ものづくり補助金個別相談会」15時半~16時半(希望者のみ)> ●会場:西宮商工会館 別館3階中会議室(西宮市榑塚町2-20) ●参加費:無料 ●定員:30名 ●申込方法:西宮商工会議所ホームページ(https://n-cci.or.jp)またはTEL(0798-33-1257)にて。

【お問合せ】
西宮商工会議所 経営支援課 TEL.0798-33-1257

芦屋市

芦屋市商工会リニューアル ワーキングスペースが誕生

芦屋市商工会1Fに「ワーキングスペース」が開設しました。事務所代わりとして利用いただくことやビジネスパートナーとの出会い、起業するための準備として、ご活用ください。

※ワーキングスペースとは
独立して働く個人が、机・椅子・ネットワーク設備などの実務環境を共有しながら仕事を行う場所。利用者同士の積極的な交流や共働といったコミュニティの形成を促し、互いのアイデアや情報を交換し、仕事の質を高める働き方ができる場所です。最近では、自営業や会社員、学生、子育て世代が仕事をしながら集まる場所にもなっています。

●場所:芦屋市商工会(芦屋市公光町4番28号)
●料金:定期利用...5,000円(月額)/スポット利用...500円(1日) ※その他の費用は、お問合せください。

【お問合せ】
芦屋市商工会 TEL.0797-23-2071

神戸市

消費税率引き上げに伴う 実務対策セミナー

10月1日からの消費税率引上げとともに、新たに「軽減税率制度」が導入されます。本セミナーでは消費増税の概要をはじめ、軽減税率制度の留意点、変更が必要となる実務処理の対応について分かりやすく解説します。セミナー終了後には個別相談会も開催しますので、ぜひ、この機会にご参加ください。

●日時:3月25日(月)15時~17時(セミナー)/17時~17時半(個別相談会) ●会場:神戸商工会議所3階会議室(神戸市中央区港島中町6-1) ●参加費:無料 ●定員:80名(先着順) ●講師:税理士法人シーシーアイ 代表社員 税理士 豊見知雄氏 ●申込方法:神戸商工会議所ホームページ(https://www.kobe-cci.or.jp)にて。

【お問合せ】
神戸商工会議所 中小企業振興部
TEL.078-303-5810

商工会 商工会議所 通信

SYOUKOUKAI SYOUKOUKAIGISYO
TSUSHIN

商工会・商工会議所は地域企業の振興や地域の活性化に日夜努力しています。でも具体的にどんな活動をしているのか知らないという人も少なくないのでは?そんな商工会・商工会議所の活動を今月号も紹介します!