

肩こり・腰痛・五十肩・冷え症・むくみ など

移転オープン3周年 本場の手技で症状を改善する中国整体

指や掌、肘を使った様々な手技を用いた施術を得意とする「楽楽堂」。普通の整体マッサージとは違い、全身のバランスを調整することに重きを置く本場中国仕込みの手技なので、肩・腰・関節の痛み改善はもちろん、人間本来のパワーである免疫力を促進する効果があるという。「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。保険治療対応もしているため、頑固な持病をお持ちの人や慢性的な不調を感じている人は、一度相談に訪れてみよう。



体内の老廃物を浄化するのに効果的な「吸玉」



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。



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 ●70分.....7,000円
- 60分.....6,000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! (5月末まで)

中国整体 楽楽堂

茨木市西駅前町5-36

茨木高橋ビル6F

受/9時半~20時半

無休 GW期間も営業 予約優先

072-623-6789

http://raku-ibaraki.jp/

「JR茨木 楽楽堂」で検索

詳しくはこちら▶



不妊漢方アドバイザー・体調不良、免疫(活性細胞) など

"令和"は梅の花の歌 芍薬・牡丹・百合で「婦人病」を改善

「立てば芍薬、座れば牡丹、歩く姿は百合の花」これは美人を形容する言葉だが、元々は漢方での生薬の使い方を例えたもの。イライラと「気」が立つ女性は「芍薬」で、いつも座って血の巡りが悪い女性は「牡丹皮」で、歩く姿がなよなよして心身症の女性は「百合」で改善するという意味。「自然の恵み身体にやさしい漢方、一人ひとりの体質・症状に合ったオーダーメイド処方でも婦人病(不妊・子宮筋腫・内膜症 等)を根本から改善しよう」と藤本先生。婦人病だけでなく、アトピー性皮膚炎、自律神経、神経痛等諦めないで一度相談してみてもいい。



高槻薬店は大阪で唯一「あなたの町の国際中医師」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

18周年記念特別価格実施中 「巻き爪」「外反母趾」は評判の「足指ソムリエ」が改善

「歩くのがツライほど痛い」「ヒールのある靴を履けない」、そんな足の痛みを頼れるのが、TVでも話題の「足指ソムリエ」、木方先生。その技術力は、外反母趾・巻き爪施術の講師として他院で指導するほどで、先生のもとには沖縄・広島・静岡、はるばる台湾から通う人もいるのだそう。外反母趾や巻き爪は、放置して深刻化させるケースや、ムリに爪を切るといった自己流ケアで悪化させることがほとんど。その結果、脚をかばって歩き、「不格好なO脚」や寝たきりなど、さらに重症化させることも。放置せず、まずは気軽に相談を!



▲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。

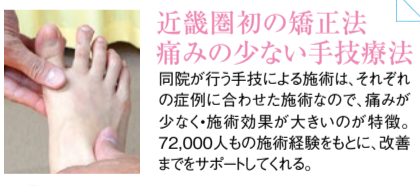


TV取材で外反母趾・巻き爪予備軍のお子さまに家でもできるゴルフボールエクササイズを指導している様子。



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)



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)

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

外反母趾専用HP

巻き爪専用HP



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18周年記念特別価格!

●片足(30分).....8,600円→3,000円

●両足(60分).....16,200円→4,500円

②巻き爪矯正が18周年記念特別価格!

●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(5月末まで)

カラダの調子を整える

健康な暮らしを送ろう

今回のテーマは「刮痧(カッサ)」。
中国整体 楽楽堂の李 占法先生にお伺いしました。

刮痧(カッサ)マッサージとはどんな療法で、どんな良い変化があるの?

A 刮痧の「刮」は擦る、「痧」は瘀血(血の毒)を意味します。鍼や灸と同じくらい歴史のある治療法です。

- ・経路の流水がスムーズになり、全身のバランスの調整ができる
- ・高いリフレッシュ効果が得られる
- ・薬が不要なので、副作用などの心配が一切ない
- ・顔や体の筋肉がゆるみ、様々な美肌効果が期待できる
- ・頑固な肩こり、免疫機能増、ストレス改善にもオススメ

刮痧は「刮痧板」という道具で、皮膚を擦って刺激します。毛細血管に圧を加え老廃物や血液の毒を押し出し、「気・血・水」の通り道である経路の流れをスムーズにして体を活性化させ、体調を整える治療法です。オイルやクリームなどの滑剤を塗り、軽く撫でるように擦ると、弱っている部位の皮膚に内出血のような赤黒紫色の斑点が浮き上がります。これを「痧」といい、2~3日で自然に消えます。中国や台湾では身近で一般的な療法で、最近では日本でも注目を集めています。まだ体験できる場所が少ないのが現状です。



中国整体 楽楽堂 李 占法先生

本格的な中国整体の経験と日本の「柔道整復師」の国家資格も取得している実績を持つ。

骨盤・骨格のゆがみ、腰痛、坐骨神経痛、猫背、関節痛など

骨盤矯正・腰痛・坐骨神経痛など ゆがみ根本改善に特化した専門院

骨格と筋肉に着目した、全身のゆがみを矯正する施術に定評ある「健楽院」。院長曰く、ゆがみや不調の要因はカラダに負担をかけるアンバランスな姿勢や習慣とか。「多くは骨が原因でゆがむのではなく、筋肉のバランスが崩れる事により、骨が引っ張られてゆがみが生じます」。同院では、骨をポキポキと鳴らすような刺激の強い施術ではなく、負担を抑えたソフトな施術で根本改善へ。姿勢・習慣改善の助言も好評で、リピート率の高いリラクゼーションコースならコリや疲れがスッキリ&リフレッシュ。駐車場完備なので通いやすい。



骨盤のゆがみは、自宅でも簡単にチェックできるとか。椅子に座り、膝を閉じて、膝が左右そろっていない場合は骨盤が歪んでいるかも。不調の原因になることも。早めの改善を!

改善エピソード

デスクワークのせいか、いつの間にか猫背に。周りにも指摘され、何とかしたいと同院へ。一度で姿勢が改善し、期待以上で正直驚き。今後も通います。(40代女性)

健楽院 (ケンラクイン)

高槻市天神町1-13-1
営/9時~13時・16時~20時
日・祝・水曜午後定休
駐車場あり

072-682-0588

特典 |

新規の方・初回限定「シティライフを見た」と予約で

- ゆがみ矯正コース.....5,400円→3,240円 (初診料2,160円含む)
- リラクゼーションコース.....3,240円→2,500円 (6月末まで)

CROSS WORD

応募方法 / はがきもしくはFAXに解答と〒・住所・氏名・年令・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。(毎月20日バッチ)

応募先 / FAX: 06-6368-3505
〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23
シティライフ「クロスワード」係

●4月号の答え ダイヤモンド

漢字足し算引き算

最初に下の漢字リストから選んで、縦方向の三文字熟語を完成させてください。
同じようにリストから選んで、横方向の三文字熟語を完成させてください。
リストの漢字は1回だけ使います。
最後に例のように文字の部首を足し引きして漢字を作り、それら4文字でできる四文字熟語を教えてください。

(作・あさみ順子)

(例) 洞 + 夜 - 液 = 同

漢字リスト

員液沖花開期機客究九
研玄光工作市所女除燒
城植世積宋谷茶農不米
木夜旅呂郎壺

解答