

肩こり・腰痛・五十肩・冷え症・むくみなど

## 本場の中国整体で、頑固な痛みを改善 毒素老廃物を排出し、免疫力をアップ

茨木でオープン15年を迎えた「楽楽堂」は、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。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・関節の頑固な痛み改善はもちろん、人間本来のパワーである免疫力を高めてアレルギーや感染症に強い体を養う効果もあるそう。「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の



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30年のベテラン。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

手やベッドのアルコール消毒などコロナ対策万全

### 特典 |

「シティライフを見た」で  
●各コース(初回のみ) **2,000円OFF!** (10月末まで)

### 中国整体 楽楽堂

茨木市西駅前町5-36 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



脳梗塞、脳出血の後遺症・ヘルニア、腰痛・五十肩など

## 自分らしい生活をあきらめたくない人へ 作業療法士が行うマンツーマンのリハビリ

豊中・岡町に作業療法士が手掛けるリハビリ専門サロンがオープン!病気や事故が原因で、以前はできていた動きができなくなった人に向け、マンツーマンのリハビリを行う。作業療法とは、基本的な体の動きだけではなく、仕事や買い物、趣味など、一人ひとり異なる「日常生活に必要な動作」の獲得に向けサポートを行うもの。機械ではなく手を使い、筋膜に働きかける施術がメイン。硬くなった筋膜をほぐすことで身体機能の向上を図る。痛みを我慢している人、どこに行っても改善しなかった人は、おトクなオープンキャンペーンを活用してリハビリを始めてみよう。



オーナーの近藤さんは、病院勤務の経験から「保険適用期間が終わり、リハビリを続けたくてもできないという人の受け皿になりたい」と話す。



筋膜とは、筋肉を包んでいる薄い膜のこと。筋膜をほぐすことで、本来備わっている筋力が発揮できるようになるという。

NEW OPEN

### リハビリサロン まほろば

豊中市岡町北1-1-4-4F

営/火水金 10時~18時

土日祝 10時~15時

月・木定休 完全予約制

☎06-7410-5009

mail:riha.mahoroba@gmail.com

※予約は電話またはメール・LINEにて



ホームページ 公式LINE



### 特典 |

「シティライフを見た」と予約で

●通常60分・11,000円

→60分+カウンセリング **5,500円**

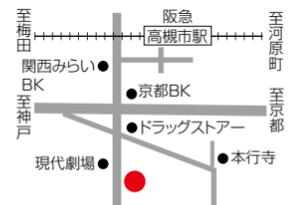
(10月末まで、保険適用外)

※LINEからの予約でさらに500円引き!

## 令和3年度 たかつきシニア創業セミナー 第二の人生の選択肢として 創業を考えてみませんか?

参加  
無料

概ね50歳以上(50歳未満の方も参加可能)の方で、創業に興味のある方や、退職後の選択肢として創業を視野に入れている方など、どなたでも参加可能です。



**開催場所** 高槻商工会議所 4階大ホール  
高槻市大手町3-46  
TEL.072-675-0484  
※駐車スペースが少ないため、お車での来所は御遠慮願います。

**定員** 各日30名(申込先着順)

11月7日[日] 10:00 - 12:00

【創業】~これからの働き方を考える~  
そのために必要な事

トータルライフパートナー

北野 美也子 氏

- 目的を明確にする
- 選択理論心理学をベースに人生の目的をバランス良く考える
- 理想の人生を送り続けるための資産形成の方法



11月28日[日] 10:00 - 13:00

人生100年時代のセカンドキャリア  
創業を考えてみませんか?

サポートツクル

コンサルティング代表

中小企業診断士

長元 耕司 氏

●支援制度紹介

●創業融資

●高槻市の施策等



主催 / 高槻市、高槻商工会議所 後援 / 大阪府(予定)  
協力 / 北おおさか信用金庫・京都信用金庫・京都中央信用金庫・株式会社日本政策金融公庫・株式会社池田泉州銀行・株式会社きたしん総合研究所

【お問い合わせ・お申込み】  
TEL.072-675-0484  
(たかつきシニア創業セミナー担当まで)

# 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。

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が、まだ体験できる場所が少ないのが現状です。

・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  
・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

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。

## 自律神経失調症、うつ、精神的ストレス 更年期障害は漢方で体質改善を

「うつ症状」のはっきりとした原因は現代医学においても解明されてないという。現段階では、その人の性格や環境的な要因、そしてストレスなどが関係していると考えられており、また脳神経の情報を伝達する物質が減少することで、脳の機能に異常が生じることなども分かっている。「病院での診療は、抗うつ薬や睡眠薬などの薬物療法が中心となるが、習慣性などの副作用を気にされている方が少なくありません。漢方では自律神経の乱れは気の流れが悪くて起こると考えています。あなたの体質・症状に合った漢方薬と生活習慣の改善によりストレスに負けない体質へと導き、あなたの笑顔を取り戻します」と話すのは、国際漢方 茨木薬店の戸田先生。自律神経失調症はもちろん、不妊症、アトピー性皮膚炎、難治性ニキビ、低体温、免疫力アップ、寝たきり予防など、諦めないで一度相談してみてもいいかがだろうか。

不妊漢方アドバイザー・体調不良、免疫、自律神経 など

茨木薬店は女性の漢方アドバイザー戸田先生が優しく親身に相談のってくれる。

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。

**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

**漢方瑞雲 高槻薬店**  
高槻市芥川町1-11-1(JR高槻駅から徒歩3分)  
無休 相談/10時~18時  
☎072-686-0090  
※各店、予約制の為相談前に一度連絡を

## この街の未来をひらく

この街の未来をひらく  
**北おおさか信用金庫** 検索  
お取引のない方もお気軽にご相談ください!