

腰痛・ぎっくり腰・座骨神経痛・関節の痛みなど

## 腰痛専門院だからできる治療 慢性腰痛を諦めず根本改善を

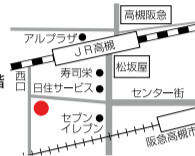
慢性腰痛やぎっくり腰の治療を得意とする紅葉堂。「正しくない」座り方や立ち方を続けていると、知らない内に腰に負担がかかり続け、症状が長引く。同院の治療は、腰痛専門院だからこそ分かる痛みの本当の原因にアプローチをするので、自分で動けず運ばれてきた人が歩いて帰れるほどに。再発ないように「正しい」身体の使い方の指導もしてくれるので、腰痛の方は一度行って見ては。



JR高槻駅西口より徒歩2分

完全予約制

腰痛専門施術  
筋肉整体 紅葉堂 (モミジドウ)  
高槻市上田辺町7-17 東ア第2ビル1階  
営業/9時~20時  
月曜定休  
☎050-7131-3306



【得意とする症状】  
ぎっくり腰、関節痛、椎間板ヘルニア、  
脊柱管狭窄症、座骨神経痛など

特典 |

「シティライフを見た」で  
●初診料…………… 3,100円→無料(4月末まで)  
●施術(45~90分)…………… 一律6,100円  
※都度払い ※症状による金額変動や回数チケット販売なし

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 免疫力アップでアレルギー(花粉症)対策にも

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で、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。



足裏には内臓と同じ反射区があり、冷えやむくみの改善に効果的



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  
※すべて税込 ※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

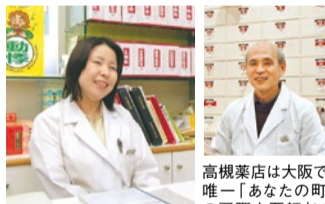
特典 |

「シティライフを見た」で  
●各コース(初回のみ) 2,000円OFF! (4月末まで)

不妊漢方アドバイザー・体調不良、免疫(免疫細胞)など

## 赤ちゃんが欲しい方、1人目も2人目も 漢方で授かりやすい体質に改善

病院治療を長期間続けてもなかなか赤ちゃんを授からず、却って体調を崩し悩んでいる方がいる一方で、高齢でも自然妊娠されている方もいるとのこと。「西洋医学も大切ですが、本来は元気な赤ちゃんを授かりやすい体質に改善することが重要です」と戸田先生。漢方は血液の巡りを良くし、体温を整え、合成ホルモンでは無く、自身のピュアなホルモンで質のいい卵子を育て、着床、妊娠、出産を通して母体も赤ちゃんも健康ですぐすための体づくりをしていく。子宝相談はもちろん、アトピー性皮膚炎、自律神経、低体温、神経痛、寝たきり予防、免疫力アップなど諦めないで一度相談してみても。



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。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。

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高槻徒歩3分)  
水曜・講習会日休 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

## 梅花は愛なる女学校です

梅花中学校

【進学チャレンジコース】  
【舞台芸術エレガンスコース】

梅花新体操スクール  
& 新体操部



梅花高等学校

【リベラルアーツコース】  
総合進学専攻  
国際教養専攻  
こども保育専攻  
調理・製菓専攻  
舞台芸術専攻  
アートデザインマンガ・イラスト専攻

【アドバンスコース】  
特進S専攻  
医療看護専攻

梅花中学校・梅花高等学校

花と緑のキャンパスで開催!  
茨木ガーデンキャンパス

オープン  
キャンパス

事前申込制  
4/29 5/30  
(木・祝) (日)

全学生対象 全学科で取得可能!

3つのメディカル  
インストラクター



梅花女子大学

# カラダの調子を整える

健康な暮らしを送ろう

今月のテーマは「腰痛」。筋肉整体 紅葉堂 南 院長にお話をお伺いしました。

## 筋力トレーニングをしたら ぎっくり腰や慢性腰痛は治るのでしょうか?

A 残念ながら筋トレだけでは治りません。  
身体の癖や使い方の改善が必要です。

重い物やクシャミなど1回の動作が原因でぎっくり腰になったと思っている方が多いのですが、ぎっくり腰は平日頃の身体の使い方の結果起こる症状です。腰痛が酷くなってから気づく方は、朝起きた時などに痛みを感じたことが半年から1年の間にあるはずなのですが、身体に元々備わっている機能が腰以外の場所でバランスを取っているため痛みがごまかされています。そのため、酷くなってからしか気づきません。本気で腰痛の改善、腰痛にならない体になりたいのであれば身体の使い方を見直すことが必要になります。

日々の積み重ねが腰痛の原因にも、改善にもつながります。

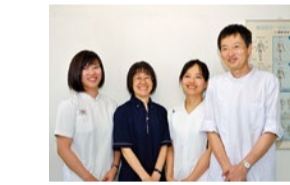


筋肉整体 紅葉堂 南 政和 院長  
柔道整復師

側弯症・骨と関節の変形性疾患(変形性膝関節症など)

## 背骨が曲がる側弯症でお悩みの方へ 子どもの未来を見据えた治療を

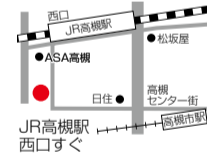
背骨が曲がっていく「側弯症」は、以前は手術でしか改善できないと言われていたが、今では側弯症の原因をみつけ、取り除き、個別に対処すれば改善する疾患であることが証明された。「側弯症治療でなにより大切にしていることは、もし自分の子どもが患者であったらどんな治療と説明を受けたいかということです。それは一時的な審美(見た目)だけでなく、その子の将来を見守っているのか?一生にわたる命の活力低下、運動障害や内臓疾患をまねくことなく、治療できているのか?時間をかけて支え丁寧によりそい、子どもが自信をなくさないように根本から改善できる治療が必要ではないかと感じています。お子さんの将来の幸せを考えた治療を親子で頑張ってみませんか」と山田院長。



JR高槻駅西口  
徒歩20秒

いこい治療院

高槻市上田辺町2-12  
VIVID BLDII(ヴィヴィッドビルドツー)  
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



Menu |

施術費  
●初めての方 …… 10,000円  
●2回目以降 …… 3,000円  
※すべて税込

# 伝言板

掲載お申込みの  
締切 毎月10日

教えます

■ 琴・三弦教室 菊志乃 史  
☎072-624-4060 JR茨木駅東200m

■ 中国語・韓国語 会話  
入門~上級 グループも個人も  
阪急茨木市駅 ☎072-622-8322

■ 尺八・琴・三弦教室 西田・菊富沙  
曜日・時間相談可 ☎072-696-6750

■ 腹式呼吸・発音・発声 歌唱指導  
出張・個人指導 石井072-623-6568

■ ウクレレ教室(個人月2回)  
高槻市駅近く ☎070-1764-0627

■ 中高年のAEC英会話→検索  
入門~高槻駅近二工ミ07041734891

■ 着付け&個人レッスンHPあり  
高槻市さゆりおばさん  
問合せ 090-5093-7905

■ 箏・三絃教室 淀の会 長野雅子  
090-3996-9514 JR千里丘駅  
http://www.yodonokai.com

■ 民謡・新民謡教室(入門~上級)  
月額 3,000円 見学、無料体験可  
TEL080-5313-6384 茨木 村尾

■ ピアノ・ボイストレーニング・フルート・ギター・バイオリン・サクソフーン・トランペット・ウクレレ体験有 ☎06-6876-1871 松本楽器

結婚

■ 縁はタイミング!お世話します  
0798-74-0359 苦楽園仲人松本

申込方法

「内容・氏名・住所・TEL・FAX」を記入の上、FAXかハガキかEメールでお送り下さい。1行15文字(初行のみ14字。英数字は2文字で1字扱。)2,750円「教えます」のみ1,650円。新規の場合は振込確認後の掲載となります。お申込みを頂いた際に郵便局の振込先をお知らせしますのでお手続き下さい。

〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23  
シティライフ・伝言板係  
FAX 06-6368-3505  
Eメール dengon@citylife-new.com  
問合せ/06-6338-0640