



# フレトーク通信



～ 月一回の発行です ～

先月の出来事：7日にビオラ整骨院が開院2周年を迎え、17日には「身ラクる鷺沼店」がプレオープンしました。

今後まだまだ発展するフレトークグループにご期待ください。

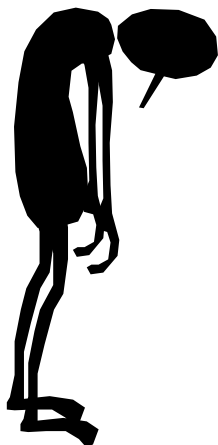
## 【春の不調の原因は自律神経の仕業？】

5月のコラムは、4月に宮前まちの整骨院から  
ビオラ整骨院に移動した新庄先生からいただきました！！

今年の春は日によって寒暖の差が激しく、体調を崩されて  
いる方が多いようです。また、春先特有の身体がなんとなく  
だるい・・・、疲れが取れない、眠くてしかたないという方も  
この時期いらっしゃるのではないのでしょうか？



新庄先生



これは私たちの身体の中の調整機能である、「自律神経」の乱れと関係が  
あります。

そもそも「自律神経」とは呼吸や消化、代謝、循環などをコントロール  
しており、冬は体温の放出を防ぐために血管を収縮するようにしたり、  
暖くなると熱を放出するために血管を拡張するように働きかけます。

しかし、冬から春への季節の変わり目には、昼と夜、また日々の気温の  
変動が激しくなるため、「自律神経」がその変化に対応しきれず身体  
の調整がうまく働かなくなってしまうのです。

また最近ではこの自律神経の乱れが季節の変わり目だけでなく、日常的に起こっている方も  
いらっしゃるようです。

とくに知られていないこととして、治療しているのになかなか治らない肩こり、腰痛、膝  
の痛みはこの「自律神経」の乱れが関係していることがあり、放っておくと重症になり、回復  
するまでに何年も苦しむ方もいらっしゃいます。

もしこういう症状で気になる方はできるだけ早くご相談ください。

6月はどの先生のどんな素敵な話になるかご期待下さい！！

身体をラクにして、奇蹟をおこす ボディケア



# 身ラクる のご紹介

今年3月、東京都江戸川区南葛西にボディケアショップがオープンしました。  
そして、今月鷺沼駅前にもう1店グランドオープンします。  
今回はボディケアショップ身ラクるをご紹介いたします。

## 奇蹟を起こすボディケア

通常のリラクゼーションとはまったく違い、背骨にこびりつくようにについている『支持筋』といわれる部分は、その名の通り身体を支えるはたらきをしている為、常に負担がかかっている状態にあります。

その『支持筋』を中心に丁寧にケアしていく事で、身体の負担を軽減し、全身がラクになります。その場しのぎではない、翌日も身体が軽くなっている、そんなボディケアを是非体感してみてください！



### 身ラクる 東武ストア南葛西店

東京都江戸川区南葛西2丁目3-9 東武ストア南葛西店 2F

(東京メトロ東西線 葛西駅より徒歩10分)

受付時間: 12:00~21:00 (最終受付 20:00) 水曜定休

Tel: 03 (3877) 0347

### 身ラクる 鷺沼店

神奈川県川崎市宮前区小台1-19-2三田ビル3F

(田園都市線 鷺沼駅改札より徒歩130歩)

受付時間: 12:00~22:00 (最終受付 21:00) 水曜定休

Tel: 044 (750) 7539

宮前まちの整骨院開院4周年記念

## Thank You 4 Your Smile キャンペーン

今月で宮前まちの整骨院は開院4周年を迎えさせていただきました。日頃の感謝の気持ちを込めまして、5月10日~31日まで『Thank You 4 Your Smile キャンペーン』を実施させていただきます。

期間中当院で治療をうけられた方の中から、先着500名様に宮前まちの整骨院特製エコバッグをプレゼントさせていただきます。

エコバックプレゼントはなくなり次第終了となります。

お早めにご来院下さい。

その他詳細は、スタッフまでお気軽にお尋ね下さい。

問合せ先はこちら↓

宮前まちの整骨院:044-861-6220

## 編集後記

GW 期間中は両院共に休診させていただいています。体調管理にお気を付け下さい。

封筒クイズ: 今月は『**加密列**』

答えは『**カミツレ**』です。カミツレとはハーブティーなどでよく知られているカモミールの和名です。

カモミールにはリラックス効果や、身体を温める効果があるので、良く眠れない、体が冷える、子供の風邪のひきはじめなどにカモミールティーにして飲むと、症状が緩和されるそうですよ。家庭菜園においてもカモミールを他の植物の近くに植えたり、ハーブティーなどに利用した茶がらを土に混ぜると立ち枯れ病や害虫予防になるそうです。

