

## ♡ みなさんの声 ♡

お悩みの症状：産後の骨盤矯正・首、手首、肩、腰(事故による捻挫)

整骨院に見てもらう事は初めてで、不安もありましたが、優しい先生とスタッフの方で、院も清潔感があり、安心しました。診察も、毎回今の身体の状態を確認してもらった上で、その都合った施術をしていただきました。赤ちゃん(7ヶ月)の時点からの矯正でしたが、諦めずに通ってよかったです。事故でむちうちになった症状もよくなりました。自然と日常生活でも、身体のバランスを気にして姿勢を良くしたり、教わったストレッチをするようになりました。予約制のため、待ち時間がなくスムーズに受診できました。

お名前： E・O 様 34歳 パート

### 編集後記

7月は2度研修に行ってきました。1つは呼吸をテーマにした内容で、もう1つはプレッシャー・ストレスに関する内容でした。皆さんに還元していけたらと思っておりますので、細かい症状でも、お気軽にご相談下さい◎



### つかさ整骨院・鍼灸マッサージ院

〒360-0012 埼玉県熊谷市上之3948-1

☎ & FAX 048 (522) 2687

URL: <http://tsukasa-seikotsuin.com>

URL: <http://tsukasa-seikotsuin.net>

発行日 平成 29年 8月 1日



# つかさ通信

VOL. 106

暦の上では立秋ですがまだまだ暑さが厳しいですね。

暑い暑い夏・・・ ちょっと外に出るだけでもすぐ汗をかきますね(^\_^)なるべく冷たい物は控えようと思っても、外に出ればやはり冷たい物を好んで摂ってしまいます。せめて涼しい室内では、温かいものを摂りたいものです。朝のお味噌汁は、身体を温めるのにも効果的ですしとってもからだにいいようです。ぜひ具たくさんのお味噌汁を食べて、日々のスタートを元気に始められるように心がけてみて下さい♪

私はお出かけの際、羽織り物を一枚持って行くようにしています。



お店によっては、空調が冷えすぎているところがあります。なるべく身体を冷やしすぎないように、大切にしましょう◎

### つかさ通信NEWS

☆ 今月のお休み ... 毎週日曜日と**11日(金)山の日**、  
**13日(日) ~ 17日(木)がお盆休み**です。

☆ 9月のお休み ... 毎週日曜日と**18日(月)敬老の日**、

**23日(土)秋分の日**です。

お休みが多くなりますので、ご予約の間違いが  
ないよう、ご確認ご協力お願い致します◎

