

horig通信

2015年
12月号

お任せください！ 頭痛、めまいで
お困りのあなた施術歴24年の信頼の
実績とプロスポーツ選手も推薦する確か
な施術であなたの辛い症状を改善します

最終受付は45分までにさせて頂いております
(平日：午前12:15 午後19:15)
土曜日：14:15迄

《平日》 10:00 ~ 13:00
15:30 ~ 20:00

(平日の10:00~13:00の施術は予約のみ予約は当日でもOKです)

《土曜》 10:00 ~ 15:00

《定休日》 日曜日・祝祭日

※午後と土曜日も予約優先制しています

TEL 011-866-8255

ほりお鍼灸接骨院

ほりお接骨院



*特集 安心して下さい (^-^) 今年も全スタッフ打ちました~!

今年もあなたのためにインフルエンザウイルスを極力
うつさない努力してまいります

インフルエンザにかからないようにインフルエンザ予防接種をスタッフ全員打っています
当院では

- 1、加湿
- 2、換気
- 3、うがい
- 4、手洗い
- 5、キープC



(ビタミンCは体内でたくさん貯蔵できないので
常に一定量、体に入れ続けていないといけません
メダリストにビタミンCがいっぱい入っています)
を徹底して
体調管理しています
元気な笑顔でお持ちしております(笑)



*ごあいさつ

こんにちは!堀尾です!

私の以前の仕事!トレーナーを1日限定で
復帰しました^-^

コンサドーレ札幌vs栃木sc 11月23日(祝)

札幌ドームで行われた試合の

前座試合の08戦の

トレーナーを依頼され行ってきました

連休早起きして引き受けて良かったです!

ゴルフボールを配り

(使い方は教え子なので
皆んな知ってます (^-^))

水分補給、マメ予防レクチャー、

予防テーピング、肩の脱臼を入れたり

お役に立てて喜んでもらい

めちゃくちゃ楽しい日でした^^^-^

詳しくはこちら~

Facebookの「ほりお鍼灸接骨院」で
検索してください!スタッフ近況ものってます
「いいね」押ししていただけると嬉しいです!



私がいた頃の
人気選手
吉原宏太選手と~



*今月のできごと

年末年始の診療の
お知らせです

12月30日(水) ~ 1月3日(日)
となります!

師走忙しい中、慣れない雪道で
あなたの周りの大事な人が
交通事故にあわれてないでしょうか?
交通事故専門のホームページも

当院はあります!ぜひ、
ご紹介してくださいと嬉しいです!

様々な医療機関でみてもらったが改善せず、
最後に辿り着いたのは
250キロも離れた、
ほりお鍼灸接骨院でした。

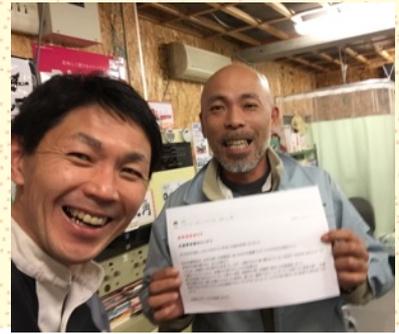


なぜ ほりお鍼灸接骨院の交通事故治療は
ここまで結果が出るのか?



***患者さまの声** ☆エアバッグが出る大事故でしたが楽になり冬場のスポーツも今後楽しみです～

私の交通事故は、今年の春に正面衝突に合い、かなりの衝撃でエアバッグが出る大事故でした。
 身体の不調が続くなが、友人の紹介でこちらの、治療院に来る事が出来ました。スポーツ選手の方々が多く通われていることを知り、私自身も過去スポーツに携わっていたことから、治療の手順やストレッチの効果など数々の身体に対するケアについて教えて頂き、信頼性の高い治療院であることを実感致しました。
 続く治療のなか、春には動かせなかった身体も、夏には二輪車でのツーリングに道東方面へ行ける様になりました。とても辛かった症状が治療院でのリハビリすることによって、とても大きな変化になり気持ちも前向きになりました。冬場のスポーツも今後楽しみます



今月のスタッフ文化の日編



《ブルース・リーさんの言葉》
 が降りてきました！
 先日、釣り竿が壊れてしまったので今日は釣り竿のメンテナンスです。途中、糸が絡まり必死にほどくも更に絡まるのみ…その時でした！
『考えるな！感じる！』
 が頭に浮かび
 感じるままに糸をほどいて無事終了！（^-^-）
 あなたも、体の不調が出る前にメンテナンスをオススメします！痛みになる前の違和感を感じとるポイントお伝えしますよ！ ←堤

ドナルドマクドナルドハウスさっぽろチャリティーイベントを見してきました（^o^）
 コンサドーレ札幌の試合についてや選手の私物オークションなど沢山楽しめました！！
 その中で話していた「交代浴」について（^-^-）
 冷たい水とあったかいお湯に交互に入ることを交代浴というのですが、これがかなり効果あり！！
 仕事やスポーツ後の疲れがかなり解消されますよ～（^^） ↓小林



文化の日は薬岩山登ってました！
 すれ違う人に挨拶・話しながらの登山は気持ちが良いですね（^-^-）
 山頂ではなんとインゴがいました！！
 たくさんのインゴに触らせてもらいつつの間にか登山からインゴがメインになってました！（笑）
 人・自然・動物からたくさん癒しパワーもらいました！ ↑田中



綺麗な紅葉になっているところはないか自転車で探しに行ってきました！
 そしたらなんと！！
自転車で2分の豊平公園にまだまだ綺麗な紅葉ありました（^^）
 走りながら紅葉を見ると身体もほぐれますし、とてもリラックス出来ますよ（^^）
 同じ姿勢をしがちなあなた！
 ぜひ一度歩かれてみて下さい！（^^）
 ↑成田



休みで引越しと片付けがかなり終わりました～！
 ガンボールの中に本や雑貨などを沢山入れて運んだのですが腰に負担をかけない持ち方をしたのでぎっくり腰にもならず腰は全然へっちゃらでしたよ～（^-^-）
 方法はすごく簡単なんです～（*^^*）
 1.小指をひっかけ
 2.膝を曲げる
 3.ドロインをしながらガンボールの蓋をもつです！
 重たい物をもつときはこれらを意識してみてください（*^-^*）超オススメです！！ ↑平松



発行



札幌市白石区南郷通13丁目南1-20
 まずはほりお鍼灸接骨院→でHP検索
 問い合わせは 011-866-8255まで
 「通信をみて電話したのですが」と
 お伝えください

■平日
 10:00～13:00 予約制
 15:30～20:00 予約優先
 ■土曜
 10:00～15:00 予約優先
 定休日 日曜日