

horiq通信

2017年
10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25年の信頼の
実績とアスリート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

診察時間のご案内

《平日》 10:00 ~ 13:00
15:30 ~ 20:00
(平日の10:00~13:00の診療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

TEL 011-866-8255

ほりお鍼灸接骨院

ほりお接骨院 検索



*特集 実は LINEとメルマガをやっているんです~

ほりお鍼灸接骨院
@rmq5092r



LINE

あります

お得情報を発信しております
←こちらを読み取ってください

お友達登録はお得がいっぱい

- ①スタッフの人柄がわかる
『ほりお接骨院座談会』動画視聴できます
- ②トークから予約や変更ができます!!
- ③翌日の予約空き状況配信中!!
- ④公式メルマガ登録(動画配信付き)!!
できます!お役立ち情報を発信しております



*ごあいさつ【今年はやっと目標奪還しました】

こんにちは!堀尾です!この5年洞爺湖で行われた
13、14、15年アイアンマンジャパン北海道
昨年、今年8/20北海道トライアスロン
swim2km bike138.1km run21.9km
1週間以内に北海道マラソン
42.195キロがあります!私は
ロングトライアスロン完走
+
北海道マラソンサブ4(3時間台)
で完走を目標にやって来ましたが!
目標をなんとかクリア~

北海道マラソンも3時間54分でゴールできました
なぜ、やっているかというところ
普段から、あなたに話しているカラダの
手入れをしてどこも痛くないカラダにしておく
色々な事にチャレンジできる事を
証明し続けたいからです!
これからも、しっかりカラダの手入れをして
『笑顔の鉄人』としてあなたをお待ちしております^o^



*今月のできごと



【動画配信しています!第一弾は】
『寝る前に口に絆創膏を貼る』
これのおかげで体調を壊すことが
なくなりました!何故、貼るかとい
うと鼻呼吸を促したいからです!
鼻腔はよく加湿されていて雑菌や
ウイルスをキャッチしてくれる加湿
空気清浄機の役割をしてくれます。
そして、口呼吸しないため
口の中の唾液が乾きづらいために
唾液が菌周病菌の増殖を防ぎ、
菌周病菌が全身に回る糖尿病や
心疾患、脳血管疾患の予防、
さらに口臭予防にもなります!

*患者さまの声 ☆車イスラグビー痛めた肩が治療とリハビリで克服しました～

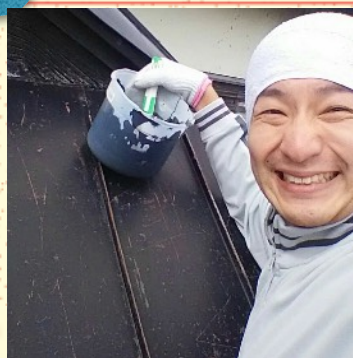


長年、車イススポーツをしてきて肩を故障したために通院しました。
 整形外科での診断は腱炎症、肉離れ、亜脱臼との診断でブロック注射などでごまかしていました。
 当初は日常生活もキツイほどの痛みだったのですが週2回の通院で肩周りのストレッチを施術をします。
 1ヶ月くらいで痛みの軽減と可動域の広がりを感じたので怪我の予防も考えて加圧トレーニングを追加して通っています。
 技術も確かで雰囲気も明るく親切なのでとても良いところだと思います。
 白石区ごまふあざらし様

今月のスタッフ敬老の日編

【道東とオホーツク方面に行ってきました！】

移動距離は実に1000キロ（・Π・）
 1番印象に残ったのは知床峠と宿泊した「大江本家」と言うホテルです！
 お風呂に入りまくり（4回程）、カニの食べ放題でカニを食べまくり！（カニ足を50本程）本当に満喫しました！
 その中で、大江本家さんのスタッフさんは年配の方が多いと言うことと、皆さん楽しそうに接客をされていました！



私「どうしてそんなに明るく楽しそうに接客をされているのですか？」

スタッフ「仕事も楽しいですし、お客さまと会えると言うことが楽しいんですよ！」

とても勉強になりました！
 今回の気づきを経て、私も皆さまと接していきたいと思います(^^)
 ↓成田航



【実家の屋根のペンキ塗りをしてきました】
 「雨風しのげるのが当たり前じゃない」
 「当たりの為にやる事がある」

なるほど！
 確かにそうだ。
 父ちゃん、良いこと言うね～^^
 あなたの健康が当たり前になるようなアドバイスをさせていただきます！
 【クイズです！】
 笑顔に見えますか？
 ビビってる顔に見えますか？

実は...
 高い所が苦手なのです。
 ビビってる顔です！笑
 ↑堤慎司

今回の連休は台風がくるということだったので、早めの行動で【定山溪の小金湯温泉に】いってきました！

久しぶりの温泉で心も体もリフレッシュしてきました！

温泉ではよくみなさんとお話している交代浴もしてきました(^^)

最近は寒くなってきているので、厚着やお風呂で体を冷やさないように気をつけてください(^^)
 野村渉↑

【今月の堀尾アーチ！2016/7/15生まれ今年3回目の薬岩山登山～！】

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

