2020年 10月号

## horiq通信 D

お任せください! 頭痛、めまいで お困りのあなた施術歴28年の信頼, 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悩みを改善します 診察時間のご案内

《平日》 10:00 ~ 13:00 15:30 ~ 20:00

《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



## ●特集

**☆☆☆**ジョイトレで筋カアップ、 シェイプアップ今がチャンスです トライしませんか?

如如如如如如如如如如

## 【アロ選手もジョイトレしてるんです~】

あなたも怪我をする前の予防やパフォーマンスアップ のためにジョイトレやメンテナンス大事です!お待ちしております^\_^

JI北海道コンサドーレ札幌の荒野拓馬選手はプ

ジョイトレとコンディショニンがのために来てくれています!でも最初からこんな体幹ではなかったんですよジョイトレはグロインペイン症候群(股関節周囲痛)の治療と相手ボールカットの後のボディバランス強化

トレーニングがいてるので受けてくれています!

以下のような声をいただいてます

- ・腰椎分離症の腰の痛みがなくなった
- ・何回もしていたぎっくり腰がなくなった
- ・姿勢が良くなって繰り返ていた寝違いが消失
- ・しびれがあった腰の痛みがなくなった
- ・肩こりが楽になった
- ・当たり負けしなくなった
- ・マラソンのタイムが上がった
- •くびれが出てきた!痩せた!

ジョイトレとは業務用EMSで高周波の電気です!寝ているだけで普段自分では動かしづらい奥のほうの背骨に近い体幹のインナーマッスルに刺激を与え伸び縮みさせ人の中で1番大きい筋肉たちに鍛えるので姿勢が良くなったり、痩せたり、スポーツ選手だと軸がプレなくなりタイムが上がったり当たり負けがなくなったりします!



何といっても終わってパットを外した後も動いていた筋肉が電気でしびれているような感覚があります!今まで味わったことがない体験を味わえます!試しに初回お試し価格にしていますので体験しませんか?あなたのチャレンジを応援します(^^)

3960円(税込)・30分が(初回お試し1980円・20分)

よろこびの声 ばれでましたがに楽になりました^o^】

上野丰嵐選手 旭川出身



大学でサッカーをしています! コロナ自粛後のハードなトレーニングで右の膝が 痛くなり元から痛くなっていた右の股関節の痛み も徐々に痛くなり困っていました。旭川からサッカーをするために大学に来たのでどこの治療院に行け ばいいか困っていたところ友人が紹介してくれほり お接骨院にきました。ストレッチのやりちを紹介し てもらって継続したところ劇的に痛みが減り今ではトレーニングに全力でできるようになりました!

## 秋分の日の笑顔

【妹の誕生日祝ってきました(^^)】 パールキュー焼肉してきました! パソコンにはめっぽう弱いのです。 ラ州ルを作成してお酒を アレゼントさせて頂きました! どうやら喜んでくれたようでなと安心(^^) …のはずが、 何と名前を間違える大失態でした 「Ayumi」と打ったつもりが

「Aumi」になっていました笑

まあ、笑いが起こったので良しとしま 堤慎司个 しょう!(^^)良いところ探しで



■【寿都にキ±蠣を食べに行きました!】 目の前にある鉄板で見を蒸し焼きに して、出来たら貝を開けて食刈やす

いようにしてくれていました! それと、店員さんから焼いてる途中 から醤油差したほうが美味しいので 差していいですか?と提案されその 通り美味しかったです^\_

> 皆さんにもプロフェッ ショナルな提案できる ように見習いたいと思います。

七八谷健太郎

一戸良一↓



【北広島にある建設中の 野村渉1 ポールパーク見てきました! 2023年完成予定なのでまだ形は ありませんでしたが、整地されて

景色が変わっていました! 通ってくれている野球少年達が もしかしたら将来ここで プレーするのかもしれないと思うと ワクワクします(^^)

みなさんも痛みの失の幸せを

【家で大人しく勉強をしていました!】 連休明けに学校のテストがあるので 家で大人しく勉強をしていました!

しかし!

ついに個人的にハイパーポルトとい う最強の相棒を手に入れたので、ス トレッチとハイパーポルトでケアしな がら快適な連体を過ごせました(笑) みなさんも引き続き水分とストレッチ など体のケアー緒に寄り添っていき ますので頑張っていきましょう!



←【今月の堀尾アーチ! サリーに捕まった~(^^)ちょされてばかり~】



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 問い合せは 011-866-8255まで 「チラシをみて電話したのですが」と

∞平日 10:00~13:00予約制 15;30~20;00予約優失 図土曜

10:00~15:00予約優失 定休日 日祝日

お伝えください