

horig通信

2020年
11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27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の診察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

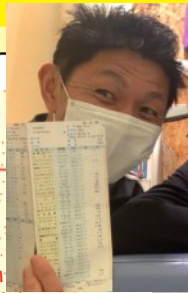
ほりお鍼灸接骨院

ほりお接骨院 検索



*特集

こんにちは堀尾です^_^
スタッフに1番うるさいくらい
厳しく伝える事は『健康と安全』です！
ですので年に1度人間ドック代わりに血
液検査を病院で受けてもらっています！
全員異常なしです！スタッフ野村はDr.に
『何の異常もなくて面白くないねえ
^_^』と言われるくらい絶好調です！
毎年恒例のインフルエンザ予防接種を
スタッフ全員早めに打ちました！
そして、いつもあなたにお伝えしている
換気、加湿、キープC(ビタミンC)をして
あなたにいつも
元気な笑顔をお届けできるように
早め早めの対策をしています^_^
あなたも早め早めの
辛くなる前や痛くなる前の
メンテナンスを受けに来ませんか？^_^



今年も全員打ちました~!

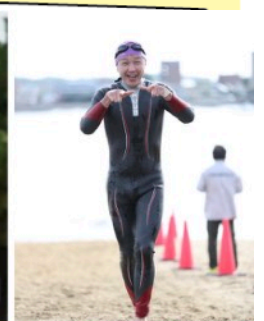
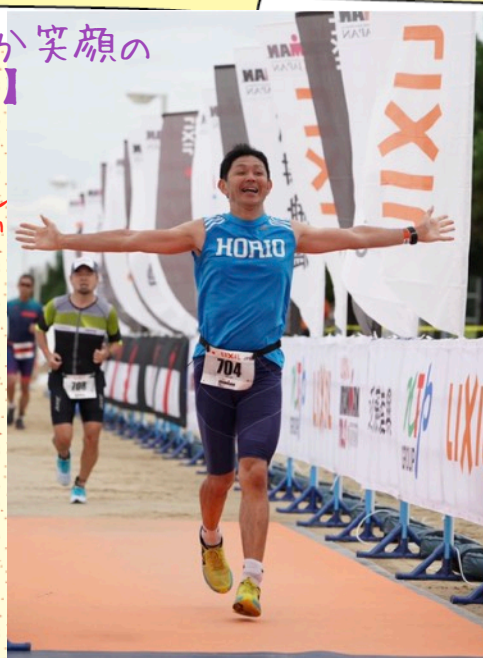


*ごあいさつ 【今年も52歳何とか笑顔の 鉄人になりました!】

今年の体力1番勝負! 10/18 アイアンマン
70.3 in セントレア swim1.9km bike24kmで
事故で途中で中止run20km クリアしました~
どこも痛くないといろいろなことにチャレンジで
きることを!そしてコンディショニングを良くする
ことを念頭に1日1日積み重ね続けたいと思っ
ます^_^

レース中あと1分早く前にバイクで走っていたら
正面衝突の被害者になっていたかと思うと
今日と言う日が当たり前でない事を感謝し
ながらこれからも毎日ミニトライアスロンをし
ていこうと思います!

笑顔の鉄人ミッションは合格です^_^
カメラが見えたら笑顔作戦成功です^_^
自分で自分を褒めてあげたいと思います^_^
ランは時速12km速くなりました~^_^



*患者さまの声 ☆治療後に、コンサドーレの荒野拓馬選手に会えました～!



厚別区 嶋田愛一様
デスクワークが長く3週間前ぐらいに屈んだ瞬間に腰が痛くなりトレイルランやトライアスロンをしているので困っていました。ロコミを見てほりお接骨院に行きました。原因を付き止めてくれて日常生活の工夫やストレッチやリハビリを教えてもらったおかげで2回の治療でほぼ痛なくなりました!私の様にトレーニングしていて体の手入れをしっかりと教えてもらいたい人にオススメです! 治療後に、コンサドーレの荒野拓馬選手に会えました～!コンディショニングにきているんですね。

10月のスタッフ休日の笑顔



【バーチャルでの札幌マラソンにエントリーしてハーフマラソン21km走りました!】

筋トレばかりで走ってなかったのでキツかったですけども痛くならずになんとか走れました^_^ですが筋トレしてたのに脚周りは筋肉痛になりました!走るのも続けるのが大事ですが、そのために身体のコンディショニングを常に絶好調に整えるのが大事だと思うので痛みがなくてもコンディショニングお待ちしております^_^

ハ谷健太郎↑



【今シーズン最初で最後のゴルフに行ってきました!】

当日は天気も良くゴルフ日和でしたがやはり10月になると気温は少し低く動くまでは寒かったのですが、常に水分補給は意識していました!同じ姿勢、同じ動作の繰り返しによって体に負担はかかっていますのでみなさんもお風呂やストレッチ、水分補給など日々のケア一緒に頑張っていきたいです!

↑一戸良一

【患者さんに教えて頂いた大通にある「やきそば屋」さんに行ってきました!】

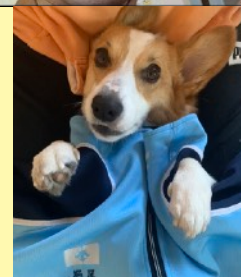
サイズが様々でぼくは4玉のやつを頼みました!出てきたのは特大サイズで正直びっくりしました笑個人的にはごま酢醤油がおいしかったです!新しいお店の開拓どんどんしていきたいと思います(^-^)



【島牧村物産展に行って来ました!】

札幌に居ながら各地の名産を戴けるので物産展大好きです(^-^)

元気チャージOk!僕も皆さんに元気チャージ出来るように笑顔を意識していきます!(^^) 堤慎司↑



←【今月の堀尾アーチ!中学生にされたらワン~】

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 日祝日