

horiq通信

2022年
3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の間は予約のうえ当日でもOKです)
《土曜》 10:00 ~ 15:00
《定休日》 日曜日・祝祭日

TEL 011-866-8255

ホリオ鍼灸接骨院

ホリオ接骨院

検索



【3/31(木)でスタッフハ谷健太郎卒業します!】

PICKUP!! 今月の特集

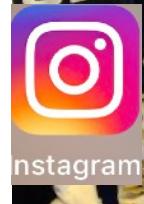
こんにちは堀尾です!

スタッフハ谷は3年8ヶ月在籍してくれました!
専門学校卒業後、大阪の接骨院で勤めていましたが札幌との遠距離恋愛をしていて彼女(今の奥さん)のために札幌に戻ってきました。
そして当院を選び働いてくれていました
結婚をし、犬猫も含めた大家族を持ちました笑
その期間に肉体改造に臨み10kgも筋肉で増量してしまいました!
ハ谷はスタッフ全員参加してくれた北海道マラソン 42.195キロも最速の3時間30分台で走り切ってくれました!やる気決めたら何事もマラソンも肉体改造も、やり抜きます。
これからは治療も出来ろパーソナルトレーナーとして
中央区の新しい接骨院で立ち上げスタッフでスタートです!

スタッフハ谷インスタで有益な情報配信中です

【+10kg増量してガリガリから脱却】

健康情報・筋トレ情報・怪我の対処などの情報配信してくれているのでインスタをフォローしてくれる嬉しいです!



GREETING ごあいさつ

【オミクロンに負けない免疫力アップ】

キャンペーン 延長中です～】

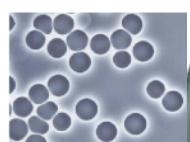
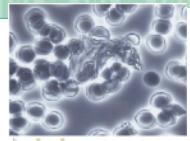
私は、堀尾も腸内環境アップや血液浄化のため毎日愛飲している

酵素ドリンク「百寿」通常9160円 税別
(約36日分 1日あたり250円)

他の酵素ドリンクと一緒に違う点は小腸で吸收される前に飲んだ瞬間舌下から吸収されるので血液に直接入り、あっという間に全身に巡っていきます。たった4分で血液がさらさらになる事!気になつた方は直接お訊ね下さい!しかもあっさり飲みやすいのが特徴です「血液浄化能力」で体の末端まで酸素と栄養が届くようになり体の各臓器の働きが良くなり免疫力がアップします。

実は私はメダリストも飲んでいますのでメーカーは20ml推奨していますが15mlしか飲んでいません笑。

1日あたり170円位になります。免疫力を上げておかなければいけない時期なので体に投資できる人にはオススメです



「百寿」限定企画 延長中

3/31まで10%オフ

通常9160円

→8260円(税込)

オミクロンに負けない
免疫力アップが最大の防御



VOICE 体験者の声 スキー技術選 鈴木大智選手

★「自分の滑りを信じて」全日本スキー技術選に良い準備してほしいです^_^
全日本スキー技術選本戦を決めた鈴木大智選手が連日で来院してくれました！3月3日から始まる長野県ハガ尾根で開催される全日本スキー技術選へのコンディショニングヒートラブル対応！今回のトラブルを動画で見せてもらいました！大きな怪我になってしまふおかしくないようなトラブルだったんですねですが、ならなかつたことに理由があると思っていました。

その頑強な体の秘密をいろいろインタビューすると私が思うには2つがあります。

- ・8時間睡眠（趣味が睡眠だそうです^_^）
- ・お風呂に入ること（毎日15分！時々銭湯で10回くらい交代浴）



スタッフ 2月の休日の笑顔

【支笏湖の氷濤まつりに行ってきました！】

2、3年ぶりに犬も連れて雪が多いおかげか凄い迫力の氷がたくさんあり犬も楽しめました！

支笏湖につく手前で1時間ぐらい渋滞していて身体が固まり疲れを感じがわかりました！

大雪だった時の車の進まない感じはこんな感じだったのかと思い知ったのと、そんな中でも車でできるストレッチや気をつけることもわかったのでこれからも皆さんにお伝えしていきますね^_^



↓ハ谷健太郎



【札幌コンサートホールkitaraへ吹奏楽演奏会に行って来ました！】

吹奏楽演奏会は初めてでしたが感動しました！(^^)

コロナ濃厚接触で人数が欠けてしまったそうですが、パートの掛け持ちなどカバーしあっていて凄かったです！

NHKテレビ番組「奇跡のレッスン」で吹奏楽の回がありました。

- ・人に優しく
- ・うまくいかないときにお互い助け合う
- ・これを思い出して感動しました！(^^)

堤慎司↑

助け合い見習います！

そして！

北海道マラソンで沿道で応援してくださいさる吹奏楽に元気を貰った事も思い出して、更に感動！(^^)



【雪かきの一週間でした笑】

腰を痛めないようにこまめに分けてやりました！

出勤や通学でみなさん大変かと思いますがストレッチは継続回数が大事ですので一度にやる回数は気にせず水分と同じくやる頻度をいつもより少し増やしてみてくださいね！

一戸良一→



←【今月の堀尾アーチ！今年は例年の3倍！樹氷もできるだワン～(^-^)】

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

「チラシを見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