

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の範囲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



horiq通信

お任せください！ 頭痛、めまいで
お困りのあなた施術歴32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

2025年
8月号

特集

PICK UP TITLE

クエン酸3,525mg+ポリフェノール

メダリストと同じく、クエン酸・アミノ酸に加え、ビタミン・ミネラル等をバランスよく配合。新たにブドウ味にはポリフェノールを配合しました。身体に必要な栄養素をいつでもどこでも手軽に補給することができます。

最大のメダリストとの違いは酸っぱさがないのとポリフェノールを配合

赤ワインの原料であるブドウには、アントシアニンやポリフェノール類が多く含まれています。抗酸化物質なので体の免疫力も上がり疲れ目やスマホ眼にも効果があります。メダリストより酸っぱくないのでメダリストより飲みやすいと評判です(^^)



限定12セット

メダリスト ブドウ味

2,160円×3

3箱まとめ買いで500円引き~^^

日本歴代最高気温を更新

7/30午後、兵庫県丹波市・柏原で

最高気温が41.2℃まで上昇。

静岡県浜松市、埼玉県熊谷市で記録した

日本歴代最高記録を更新したそうです。

日本全土で、記録的猛暑。

自己管理で、脱水症状を回避、健康維持。

メダリストで「予防」を意識しましょう。

ビタミン合わせて失うミネラルもしっかり補給することができます^^



メダリスト



【樺沢先生とウイスキーフェスティバルお供して学んできました】

堀尾が情報発信で最も影響受けている
札幌北高→札幌医大出身のベストセラー作家で
精神科医の樺沢紫苑先生がウイスキーフェスティバ
ルで帰省していたので、最新刊「勉強脳」の事につ
いて、1日ウイスキーと本の内容聞いてきました^^

樺沢紫苑先生がスめる勉強術・仕事術
勉強・仕事効率化には「集中」がカギ!

「集中力」のために必要なことを
あますことなく語ってくれています。北海道新聞
の記事を文字起こしました。左下のQRコード
を読み取ると読むことができます。



7月休日のスタッフの笑顔

【長沼の「はらっぱスタジアム」を 見てきました!】

元日ハムの斎藤佑樹さんが一から作った
少年野球専用の野球場です!

とても広々しているのびのびプレーできそう
な場所でした!

運動に限らず、普段からのお仕事、家
事、部活などで疲れが溜まってしまうとケ
ガのリスクが上がったり、集中力低下な
どが起きてしまいます。

お昼寝なども含めて何回かに分けて睡眠
とるだけでも身体の修復や集中力アップ
などができます。

7~8時間を目標に睡眠を取りましょう!

【トマリリゾートで朝散歩してきました!】

リゾナーレトマリでリフレッシュ
して来ました!

Aさんいつもありがとうございます!

自然の中を朝散歩して来ました!
朝日を浴びることで体内時計が
リセットされて、生活リズムが
整います!
また、それによって深い睡眠にはいれます。

夏休みの学生の皆さん!
朝起きる時間が遅くなって来たら
朝散歩で体内時計をリセットして下さいね
(^^)



平田翔也↓



【樺沢紫苑先生の昨年の道新の記事を大きく見たい方はこちらを読み取ってください】

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

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