

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は待合室予約は出来ません)
《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



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、
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

2025年
12月号

特集

「忘年会、新年会、お正月」1200kcal
食べたことなかったことにするサブリ

PICK UP TITLE

お正月終わりまでの 1/15(木)までの
「ノーカウント」25%オフセール
定価(税込) 11,880円が→89,10円

ごあいさつ

GREETING

暴飲暴食をどうしてもしてしまう
この季節！お正月まで続くと思います！

腸内環境を良くし、そうすると免疫力も
アップし、インフルエンザやコロナに
かかりづらく、そしてなおかつ二日酔い、
食べたことをなったことにしてくれると
麹菌が1200カロリー分の消化を担って
くれて、何もないのに比べると明らかに
たりづらくなります。

ぜひ、この機会にお試しになりませんか？



…こんなお悩みが思いあたる方…

- 食べることが大好き！ダイエット中
- 寝ても疲れが取れない
- コンビニご飯や外食が多い
- お酒が抜けにくくなった
- 夕食は20時以降が多い
- 日焼けのシミが気になる



酵素

私たちの生命活動すべてを担う
いる、なくてはならないアミノ酸

代謝UP↑

目指せんか？

代謝UPは酵素の使い方が重要!!

体内酵素は2種類

消化酵素

食べたものを分解して
消化する働き

代謝酵素

食物繊維や卵のタンパク質、
活血化成分も分解しますね

いわゆる代謝」として関係ある

使う順番は
消化が★優先!!

生活習慣が
吉船ると…

過食
酒・グース

消化に使う
酵素量が増加
体内の酵素量が
減少↓↓

- 太りやすい・痩せにくい
- 疲れが抜けない
- 昔よりお酒が
樂しない
- 便秘・下痢

本家の代謝を行なう余裕がない

1日に使える酵素は決まっている！
さらに年齢とともに減少

そんな時は
ノーカウントが
消化酵素を
強力サポート！

ノーカウントが
体内酵素の代わりに
消化をお手伝いするので
代謝酵素が
力を存分に発揮できる！

酵母がすごい！
スッキリ

酵母に含まれる消化酵素は
糖質・たんぱく質・脂質を分解！

ノーカウントには
安心の国産酵母がたっぷり！

酵母由来 有効成分

グルタチオンがすごい！

美肌交差

引強かな抗酸化作用

シミや月経前症候群

美容医療

など大注目の成分

二日酔い防止

解毒・ドーピング作用

アセトアレヒドを無毒化

疲労を持ち越さない！

次の日スッキリ♪



飲むタイミング

こんな飲み方が
おすすです！

NO-Count	食前	食後	就寝前	その他
妊活の方	✓	✓	✓	体質改善としての一日1本もOK
妊娠中の方	✓	✓		
外出（太陽を浴びる）時				外出後又は外出前後
外食（コンビニ・ファストフード）	✓	✓	✓	1時間以上の飲食は2本～
お酒を飲んだ時	✓	✓	✓	1時間以上の飲食は2本～
スタバ・間食	✓	✓		清涼飲料水も！
運動・体調不良				いつでもOK！ 要素がしたらすぐ！
疲れている時（炭酸ドリンク替わり）	✓	✓	✓	
ファスティング時の使用	✓	✓	✓	ノーカウントのみのファスティングNG
筋トレ・アスリート				プロテインと併用もOK
西洋茶との併用				
便秘・軟便	✓	✓	✓	
解活	✓	✓	✓	
瘦身エスカ前後	✓	✓	✓	
旅行	✓	✓	✓	

▶体験者の声【S/Jリーグ1部への復帰(昇格)を果たしました!嬉しかったです~】

JR北海道バドミントン部 塚本 光希選手

JR北海道バドミントン部が2025年11月にバドミントンの国内トップリーグ"S/Jリーグ1部への復帰(昇格)を果たしました! 小中高とずっと通ってくれている塚本選手の努力が報われて私たちも嬉しいです!



©BadmintonMAGAZINE/F.OCHAI

競り合いを制して優勝し、歓喜に沸くJR北海道のメンバー（落合史



11月のスタッフの笑顔

【手打ち蕎麦 思君楼に行ってきました】

患者さんAさんオススメの蕎麦を食べに恵庭まで!

天ざるをいただきました。

しっかりした噛み応えで美味しいかったです!

平田翔也→

初めてのお店はワクワクしますね。

新しい体験、場所に行くと

脳内物質アセチルコリンが出ます。

このアセチルコリン、創造性にも関わるので

受験勉強に置き換えると

語呂合わせを考えたり

効率良く覚える工夫

に繋がると思います！
（＾＾）

息抜きがてら散歩など

新しい刺激とリフレッシュをして

受験勉強頑張って下さい（＾＾）

堤慎司→



【休日でも「朝散歩」に行ってきました！】

今回、兄が急遽帰省してくるのと嬉しいお知らせを聞きに帰省し、地元当麻町を朝散歩できました！

環境が変わりましたが、記憶力の向上図るため、睡眠の質をあげるために、シェイプアップのためにセロトニンを沢山出すために寒さを少し我慢して行ってきました！

1日気分良くスッキリ過ごせました！

日々の疲れを取るために朝日を浴びる、散歩などのリズム運動して睡眠の質をあげましょう！



◀【今月の堀尾バディ！ 生まれて6ヶ月堀尾家に来て3ヶ月だワン～】

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