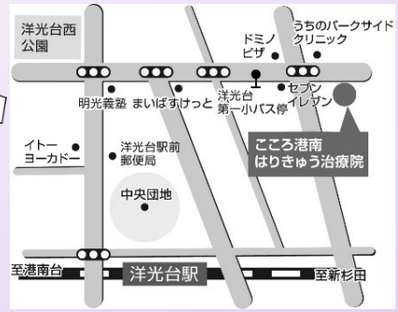
訪問地域

■ご自宅で、当院で
はり・きゅう・マッサージ

国家資格を持った施術者が
あなたにあった
プログラムで治療を行います



バイクで訪問します

■ こころ港南はりきゅう治療院

施術料金

	訪問治療	来院治療
保険治療 五十肩・腰痛 など ※主治医の同意書が必要です	1回 / 300～500 円 （例：1割負担の方）	
自費治療 美容鍼・小児鍼 スポーツケア・未病治 など	30分 / 4,000円 60分 / 7,000円	30分 / 3,000円 60分 / 5,000円

お試し

初回30分 “ 無 料 体 験 ” 実施中！
初めての方は医師の同意書なしで
施術を受けられますので、ご安心ください

営業時間

営業時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~18:00	●	●	●	●	●	休	休

休診日　土曜日・日曜日

こころ港南はりきゅう治療院
無料体験・詳細をご希望の方はお気軽にご連絡ください。
0120-556-933
〒235-0045 横浜市磯子区洋光台3-36-21 TEL:045-349-5703

こころ港南治療院のブログ

こころ新聞

「お日さまはやっぱりすごい！ 日向ぼっこ(日光浴)のススメ」

普段何気なく浴びている日光。ビタミンDの生成やセロトニン(幸せホルモンと呼ばれています)の分泌を促すことにより、心身ともに嬉しい効果があると報告されています。

●日光浴のメリット

・カルシウムの吸収を助け、骨を強くする
・免疫機能を調整・維持
・糖尿病や心臓疾患、高血圧のリスクを下げる
・ストレス、イライラの軽減　など

●日光浴の方法

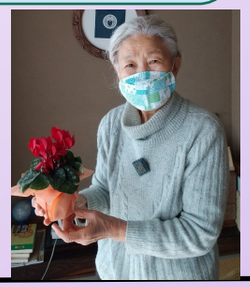
・1日5～30分を目安に
・午後は紫外線量が増えるので、時間帯は午前中がおすすめ。朝日を浴びると体内時計のリセットができて、安眠にも期待できます。

ただ、日光の浴びすぎも疲れが出たり、皮膚の乾燥によるシミ、シワ、その他皮膚や目に悪影響が出ることもあるので、ほどほどが大切。皮膚が赤くなるようだと浴び過ぎです。無理はせずに。だんだんと良い季節、最初は短い時間から始めてみてはいかがでしょうか？

Happy Birthday

こころ治療院では
継続して治療させていただいている
患者様のお誕生日に
お花をプレゼントしています！

私が治療に
お伺いしています！！



エステティックサロン「Lutian Lily」港南区にオープン

ミックNEWS

サロンに入った瞬間からご帰宅された後も
幸せを感じていただけるような特別な癒しの時間
明日への活力を少しでも与えることのできるサロンとして
お客様に喜んでいただけるサービスで
ずっと通い続けたいと思っていただけるサロンを目指していきます

■店舗情報■

店名
Lutian Lily

住所／神奈川県横浜市港南区港南台 4-17-28-1F
交通／京浜東北根岸線「港南台」駅徒歩1分
店舗面積／47.175㎡
電話・FAX／045-374-3040
予約方法／ホットペッパービューティー
営業時間／9:30～21:00（最終受付 19:00）
定休日／火曜日・水曜日

※ご予約サイト：ホットペッパービューティー
“Lutian Lily” Instagram やっています

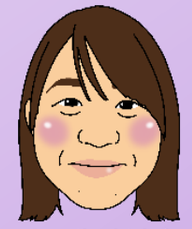
今月のひとこと：好きな天ぷら　TOP 3

あマ指・鍼灸師
酒井　貴史
さかい　たかふみ

1.海老
2.舞茸
3.茄子

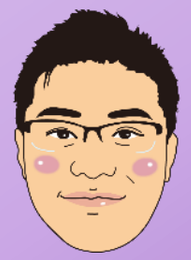
鍼灸師
竹内　寛平
たけうち　かんぺい

1.紅生姜
2.茄子
3.れんこん



あマ指・鍼灸師
仙洞田　幸菜
せんどうだ　こな

1.野菜のかき揚げ
2.舞茸
3.カボチャ



鍼灸師
久保　秀之
くぼ　ひでゆき

1.烏賊
2.れんこん
3.竹輪

あマ指・鍼灸師
山口　淳
やまぐち　じゅん

1.イカ
2.れんこん
3.タラの芽

鍼灸師
安田　由美子
やすだ　ゆみこ

1.竹輪の磯辺揚げ
2.サツマイモ
3.カボチャ

あマ指・鍼灸師
菊地　千尋
きくち　ちひろ

1.海老
2.大葉
3.シイタケ

介護福祉士
宮崎　恭子
みやざき　やすこ

1.れんこん
2.ごぼう
3.サツマイモ