

あすかソフト整体院

心身を癒す上質な時間。骨格・筋・自律神経にやさしくアプローチ
「ヘッドマッサージ&小顔」でもOKで、男性客にも人気だ。
整体（20分3千円）が大
好評だ。頭皮から顔にか
けての筋肉をほぐして頭
蓋骨の歪みを調整するの
で、「頭や肩が重い」とい
った症状を解消するほか、
目が大きくなって顔が細
くなるも驚かれています。
施術は「いたさもちい加
減」で、眠ってしまう人
が多いそう。メイクしたま
まはお早め。



また、春は
気温や気圧の
変化が激しく
体調を崩しや
すい時期。「春
先は体とメン
タルのギャッ
プが最も出や
すいので、今

また、春は
気温や気圧の
変化が激しく
体調を崩しや
すい時期。「春
先は体とメン
タルのギャッ
プが最も出や
すいので、今

まで以上に手をかければ5
月頃の体調が断然変わって
きます」。同院のソフト整
体（50分4千円）は、体
質・生活習慣・持病など、
一人ひとりに応じ、眠りを
誘うほど心地いい施術。せ
ひお試しを！

北の手から4月号
読者クーポン
ソフト整体50分
通常4,000円を
3,000円
初回限定（5月6日迄）

北の手から4月号
読者クーポン
ソフト整体50分
通常4,000円を
3,000円
初回限定（5月6日迄）

北の手から4月号
読者クーポン
ソフト整体50分
通常4,000円を
3,000円
初回限定（5月6日迄）

リアンエムラボ

癒される空間、心づくし
の満足ケア、安心して通え
る都度払い。これまでエス
テに二の足を踏んでいた女
性達も、ここならばトリビ
ートする隠れ家サロン。
芸能人やモデルが通う青
山のサロン認定の『ハンケ
ア60分7500円』がこの
誰かに会いたくなる。



施術はこうだ。うっ
とりするほど心地い
いクレンジングとマ
ッサージの後、天然石
の「かっさ」で肌を優
しくほぐされる。少し
こりこりする感じで
肌の深層にアプローチ
している実感があ
る。生え際や脇、デコ
ルテも静かにじっくり
。施術中の気持ちよ
さは極上。終わった後

北の手から4月号
読者クーポン
ハンコース
¥2,000OFF!
お好きなコース
50%OFF!
初回限定

北の手から4月号
読者クーポン
ハンコース
¥2,000OFF!
お好きなコース
50%OFF!
初回限定

たけだ整骨院・鍼灸マッサージ院

丁寧な施術で快復が早いと評判
先日、テレビ東京の「ハ
ミ合わせて早い快復に導く。
み出しているようだ。



院内にはいつも患
者さんとスタッフの
にぎやかな話が飛
び交い、そんな明る
い雰囲気も本音で相
談しやすい空気を生

また、自費診療のマッサ
ージと鍼灸も実施。「痛み
を取るのほもちろんのこと
その後のアフターケアまで
患者様一人ひとりに合わせ
た治療や予防法を行い、地
域ナンバーワンの頼れる整
骨院を目指します」と院長。

北・西ヶ原1-63-11
03-0475-8300
診療時間 平日9時~20時30分
(水・土・祝は17時まで、12時30
分~15時昼休み
休診日 日曜
各種保険・労災・交通事故取扱
http://takeeda-sekotsuin.com

ドリムミュージック (旧田村音楽教室)

春は「事始め」の季節。
ピアノやフルートを始める
なら、ぜひドリムミュージ
ックの門を叩いてみて。
「音楽は何歳からでも始め
られます。個性や成長に合
わせて楽しみながら上達を
目指す、二人三脚のレッス
ンです」と米田早苗先生。



現在、3歳から80代ま
でが在籍。意外にも中高
生や社会人の男性が多い
のは、先生の朗らかな人
柄と面倒見のよさゆえだ
ろう。学生には試験対策
や伴奏練習など臨機応変
に総合的な音楽指導を行
う。月謝制だが、振り替
え可能で、休んだ回数分
は返金されるシステムも
ありがたい。

北・西ヶ原1-47-17
03-0475-1528
レッスン時間 月曜~土曜14時~
21時 火曜は9時~21時 日・
祝はお休み振り替え可
月謝 6千円、未就学児5千円
単発レッスン応相談(入会金・雑
持費なし)

さわやか鍼灸整骨院

突然のケガも、頑固な痛みも、一人ひとりを徹底サポート
「季節の変わり目で、体が
だるいという方や消化器系
の不調を訴える患者さんが
増えています。そんな症状
でお困りでしたら当院に
相談ください」と院長。
症状やニーズに合わせて
鍼灸・マッサージ・運動療
法は東洋医学で言う気
血の循環を促し、筋
肉・靭帯・神経の損傷
については、伝統的な
ものと現代的な療法を



北・中里1-24-15
03-0271-6077
診療時間 (平日)9時~20時
(土日祝) 9時~18時
休診日 水曜日
http://www.sawayaka.in
労災交通事故各種保険取扱往診可

ご予約不要 確かな技術をリーズナブルな料金で
美容室TBK 巣鴨ANNEX店
美容室TBK 検索

*カット (コンディショニング・ブロー付) **¥1,995**

☎3915-8905
巣鴨2-9-1 センチュリー 巣鴨1F
営業時間 10:00~19:00

美容室TBK
JR 巣鴨駅
白山通り
マツモトキヨシ

新聞購読料のお支払いに、
クレジットカード払い・
口座振替が便利でお得です。

●さまざまなクレジットカードが使える、ポイントもたまります。
ASA田端・ASA西ヶ原からお届けする申込用紙にカード情報をご記入ください。お手
続き後、1~2ヵ月で決済が可能となります。それまでは従来どおり、集金に伺います。
●全国の銀行口座が使える、集金対応の煩わしさから解放されます。
お客様の銀行口座から、毎月自動引き落としさせていただきます。ASA田端・AS
A西ヶ原からお届けする申込用紙に口座情報をご記入ください。お手続き後、1~2
ヵ月で決済が可能となります。それまでは従来どおり、集金に伺います。

VISA JCB IC UC
お申込はお気軽に
ASA田端
☎0120-69-8818
ASA西ヶ原
☎0120-24-2441