

## 「大腰筋」に着目した治療で 痛みやつらさに親身に寄り添う いぶき整骨院

北区西ヶ原1-54-6 ● 03-5980-9435  
URL <http://ibukiseikoutuin.sakura.ne.jp/>

**DATA** 営業時間 9:00~13:00、14:30~19:30  
土日 9:00~12:00、  
14:30~18:00  
定休日 水曜日  
各種保険、医療助成取扱



しもふり銀座の同院は、痛みやつらさに寄り添った親身な対応で幅広い世代が頼りにする地域密着の整骨院。特に腰の深部にある「大腰筋」に着目した治療に定評があり、他で改善しなかった痛みが、ここで救われたという患者さんも多い。「大腰筋はとても重要な筋肉。股関節、腰、膝などの痛みは、ここが原因の場合が多いんです」と院長。

早期回復を望む方にはマッサージや鍼の自費治療がおすすめ。最近始めた、ナチュラルアンチエイジング効果のある美容鍼もお勧め。スポーツ外傷にも豊富な実績を持ち、「痛みから解放されパフォーマンスが上がった」という声も多い。スタッフも一人増え、待ち時間も減って様々な症状に対応してくれる。



## 夏の疲れ、残さない! 心地良く治すソフト整体 あすかソフト整体院

豊島区駒込6-26-12 ● 03-3916-3372  
URL <http://asuka-seitai.jp>

**DATA** 営業時間 9:00~21:00 日曜 10:00~19:00



夏の間に蓄積した冷房による疲れは、季節の変わり目に一気に症状が現れるとか。「何となくダルい」「やる気が起きない」は「秋バテ」の注意信号。これから寒くなる季節も健康でいる秘訣は、夏の疲れを持ち越さない事。自律神経のバランスを整え、免疫力をアップさせるソフト整体がお勧めだ。また「当院では外面から内面まで若々しく健康で美しくしていくことを大切に、そのことを自ら実践してもいます」と語る院長の年齢に驚かされました。話題の「ヘッドマッサージ&小顔整体」を受ければ頭すっきり顔ほっそりといった効果を得られ、表情筋マッサージでは若さを取り戻せる。健康とキレイ、同時に目指せる整体院だ。



ヘッドマッサージ&小顔整体  
20分 3,000円  
若返り表情筋マッサージ  
15分 2,000円 30分 3,500円  
ソフト整体  
50分 4,000円 100分 8,000円  
クイックコース 10分 1,000円~

## 手技のみにこだわってじっくり丁寧に 深部のコリや痛みアプローチ 西ヶ原東洋整体院

北区西ヶ原2-39-14 ● 080-5537-9744  
URL <http://www.ne.jp/asahi/nisigahara/seitai/>

**DATA** 診療時間 月・火・金 9:00~13:00  
木・土・日 9:00~20:00  
定休日 水曜日



「電車を乗り継いで来る患者さんもいて、悩みの種だった痛みから解放された、といった声を聞くと嬉しくなりますね」と院長。「時間をかけてじっくりやってもらえる」と、開院以来の患者さんも多い。

一般的なマッサージなどの療法では届きにくい深部のコリや痛み、違和感などを深層筋療法でアプローチ。手技のみにこだわり、頭から指先までの全身のバランスを丁寧に調整。特にこの季節、夏場の疲れで胃腸に不調をきたしている方が多く、腹部の調整を丁寧に行い、それによって全身の流れを良くして肩や腰のコリまで改善していく。

施術は一人のみで、周りを気にせず受けられる。オルゴールのBGMが流れる空間で、こだわりの手技を試してみたい。



## 補聴器で「聞こえる喜び」届けます ミミー補聴器

豊島区巣鴨4-28-4 ● 03-5961-1533  
URL <http://www.mimy-ha.com/>

**SHOP DATA** 営業時間 10:00~17:30  
定休日 日曜日



2005年に巣鴨地蔵通り商店街に開店以来、補聴器メーカー30年勤務の確かな経験ときめ細かなサービスで長年にわたって地域のみなさまの聞こえをサポートしてきた補聴器専門店。

カウンセリングでお客様それぞれの症状を確認して相談にも乗ってくれるので、初めての方でも安心して利用できる。またお店の専用の機器や設備で聴き取る能力を測定し、自分のデータも知れる。お店にある色々な補聴器に触り、実際に好きなだけ聞き比べることもでき、更には自宅での試聴も可能で、購入した後のアフターサービスとして調整、点検、クリーニングを全て無料で行ってもらえる。

補聴器について知りたい方、まずはお気軽に相談してみたい方が多い。



ASA  
からの  
おしらせ

## いつも当店の新聞をご愛読いただき、誠にありがとうございます 購読料のお支払いは 口座振替またはクレジット決済が便利です



外出が多い方や、家事が忙しく手が離せない時など、訪問集金がわずらわしく感じられることはありませんか?

当店では購読料金の口座振替またはクレジットカード払いにご対応しています。

読者サービスは訪問集金時と変わりませんし、領収証も別途発行いたします。

クレジットカード払いなら、ポイントもたまるのでおトク! 集金サギなどの被害対策としても効果的です。支払い方法変更にもなう手数料等は一切かかりません。

ご希望の方はお気軽にスタッフまでお申し付けください。

## 編集 後記

●急に涼しくなったり雨が続きたり、また暑さが戻ったりと不安定な天気が続きもしますが、9月になって夏が終わりだと何回も感じました。暑さが苦手な私としては、暑さで苦しんで夏なんて早く終わればいいのと思ったこともありましたが、でも不思議と終わってしまえばそういった苦しい記憶よりも、楽しかった記憶の方が強く残ったりもしています。

●もっと夏を楽しめば良かったと、そんな風に思うこともあります。●取材などでお店を訪ねて感じる印象や雰囲気なども、夏から秋に移る中で変わっているようにも思えます。まだまだ上手く表現できなくもありますが、それぞれの季節の中での様子も伝えられるようになってほしいなと思いました。