



先月のご利用風景

ヒラックス犬山の最近

新しい機能訓練指導員が加わりました！



柔道整復師の安倍量太です
趣味はサッカーですが、球技全般が得意で体を動かすことが大好きです
ご利用者様のお身体の状態を確認させて頂きながら、個々にあった施術を心がけていきたいと思っております！
どうぞよろしくお願ひいたします
※お米が大好きです

姿勢を意識することの重要性

肩こりや腰痛、膝の痛みや頭痛、冷えやむくみなどにお悩みの方はたくさんいらっしゃいます。

- ①立つ時に片足重心になっている
- ②背中を丸めてスマホを見ている
- ③バッグをいつも同じ肩にかけている
- ④足を組んで座る
- ⑤寝る時はいつも決まった側が下

少し意識するだけでも症状が改善することもあります。

ヒラックス犬山をご利用の皆様には、あまり見ることないご自身の立っているお姿の写真をお配りしております。

ご参考にして頂ければ幸いです！

※地域密着型なので、ご利用者様もご家族様も安心してお通い頂けます♪