

秋バテ予防対策キャンペーン

9月 **3** (土) **4** (日) **2日間** IN 境港本店

秋バテとは、秋は日々の気温が安定せず、1日の中でも朝夕が大きく差が出てしまう時期です。「秋バテ」はこの寒暖差によって自律神経が変調を起し、様々な症状を起こすことを言います。また、秋雨前線が停滞し、多くの台風が通過すると気圧が変動しやすいため、自律神経のバランスが崩れてしまいます。さらに夏の意識のまま冷たい物を食べ過ぎること、夏の間冷房などによって体が冷えた日が多いと起こります。

 季節の変わり目に 体調を崩しやすい	 体の一部が冷たい	 体が冷えて眠れない	 筋肉量が少ない
 風邪ではないが せきが出る	 風邪ではないが 鼻水が出る	 麺類などの炭水化物 ファストフードばかり	 秋バテに なりやすい人 チェック!

こんな不調「秋バテ」かも!?

- 肩こり 頭痛
- 頭がぼんやり
- 朝すっきり起きられない
- 体がだるく疲れやすい
- 食欲がない
- 不眠気味 なかなか眠れない
- めまい 立ち眩み
- 胸焼け 胃もたれ

このような症状の方にオススメ ヘッドマッサージ!!

9月3日(土) **1日限定**
特別料金 30分程度
1000円(税込)
先着10名様

- 精神的な疲れやストレスの軽減
- 眼精疲労の解消
- リンパと血液の流れが良くなり、肌のくすみもとれ顔色が良くなる
- 筋肉を緩和し首・肩の凝りを軽減
- 頭がスッキリし記憶力・集中力がでる

★バスタオルご持参ください。



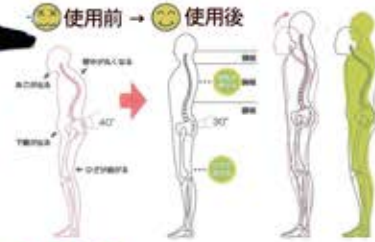
秋バテ予防対策に最適なアイテム!!

自律神経の乱れを整えるには、まず正しい姿勢から

1 支持型インソール アーチサポート



足型をとり、ご自分がどのような姿勢かを知り、アーチサポートを敷いたらどう変わるかを体験頂けます。腰痛や肩こりの原因でもある普段の姿勢。まっすぐ立つことで身体のバランスが安定し、本来の正しい姿勢を保ちます!!



2 ★ Lill one STAR ★ リルワンスター

リルワンスターの4つの特徴

技術 Lill (リル) 加工 世界8カ国で認可されている特許技術	安心 一般医療機器の取得 (リルワンスター一部商品)
効果 動かしていない筋肉を動かす 筋肉の出力向上	安全 臨床データの取得

