



# にこにこスマイル通信

発行/ しゅはら鍼灸整骨院 〒621-0043 京都府亀岡市千代川町小林西芝 92-11

ホームページ <http://www.niconico-smile.com>

☎0771-25-8587



11月に入り肌寒い日が多くなってきましたね。温かいお鍋やおでんの恋しい季節にもなりました。さて、冬が近づいて寒くなってくると、湯けむり漂う『温泉』にでも出かけたくなりませんか？今は「紅葉シーズン」でもありますから、ちょっと遠出して色づいた山々を眺めながら“露天風呂”なんて想像するだけでいい気分になりますね。温泉の効能というと、例えば『炭酸泉』だとお湯の中の炭酸ガスで毛細血管が広がり、血の流れや新陳代謝が活発になって、筋肉痛が和らいだり、美肌効果があったりします。また『硫黄泉』なら、強い殺菌力があるので、細菌性の皮膚炎に効くそうです。また、『食塩泉』は温まり効果が高いので、冷え性に効いてリラックス効果が高いそうです。『大きなお風呂でゆっくり身も心もくつろぎたい!!』ちょっと時間を作って“日常から離れる”これがストレス発散にもつながり、心も体もリフレッシュできるのではないのでしょうか。

当院でも、健康特等席（遠赤外線治療器）や、「女子力アップ！腹巻き付きパンツ」・「究極のウール巻きスカート」・「発熱足首ウォーマー」など、皆様のいきいき！はつらつ！健康増進のお手伝いができる提案もご用意しておりますので、お気軽にスタッフまでお声かけくださいね！

**保険治療について**整骨院で健康保険が適用されるのは、捻挫、打撲、挫傷（肉ばなれ）、骨折、脱臼と判断された場合や、筋肉、関節、靭帯のケガ等で原因がはっきりしている場合です。負傷原因をくわしくお伝えくださいますようご協力お願いします。慢性の肩こり、頭痛、慢性腰痛、神経痛などは、健康保険適用外となりますが、実費（骨盤矯正、全身調整、ポイント鍼など）にて治療が可能です。仕事やおよび通勤途中のケガは労災保険適用、交通事故は自賠責保険の適用になります。

健康保険等から、ご自宅に治療内容のお問い合わせの郵便や電話が来る事があります。その際、あいまいな回答で提出されますと健康保険不適合とみなされる場合がありますので、お手数ですが、当院までお問い合わせ頂き治療内容を確認後、適切に解答し提出をお願いいたします。皆様のご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

## むち打ち治療協会からお知らせ

当院はむち打ち治療の専門家として一般社団法人「むち打ち治療協会」の認定院です。ご自身やご家族、お知り合いの方で交通事故によるケガでお困りの方がおられましたら、些細なことでもお気軽に当院にご相談下さい。秋の行楽シーズンは車でお出かけされる機会も多くなると思います。事故は突然発生します。もしもの時のために交通事故の基礎知識を皆様に知って頂きたく、今月は来院の方にはむち打ち治療協会編集の小冊子「交通事故に遭ってしまったら」を差し上げています。一読されてからお守りがわりとして車のダッシュボックスなどに入れておいて下さい。お出かけの際は時間に余裕を持って安全運転で、楽しい秋を満喫して下さい。また交通事故で来院された方に当院が紹介されている書籍「むち打ち症を治すための8つの鍵」を差し上げています。むち打ちの治療は専門家である当院におまかせ下さい。



**院長不在のお知らせ**：誠に勝手ながら、11月30日（土）は院長研修（寝るだけで身体のバランスが良くなる枕の研究会）ため不在となります。皆様にはご迷惑をおかけしますが、しっかり学べますので何卒ご了承くださいませ。皆様に素晴らしい枕をご紹介できると思います。お楽しみに！