

① 頸椎症 ② 50肩 ③ そくわん症

①②③の症状で毎日悩んでいる方、既存の治療で楽にならない方は是非一度御来院ください。

②は頸椎調整で症状を落とします。痛い肩には触れませんし、動かしません。高確率な調整効果で実績あり。

① 調整後、神経伝達が強化され意識覚醒あり。症状減少、もしくは無くなり、歓喜する人随時あり。

② 発症から期間が短いほど、症状が強いほど、調整効果大。早い人は数度の来院で即、正常に回復する人、多数あり。

③ そくわん部位の負担軽減あり。調整後、若い人(10代~30代)ほど、症状の軽減顕著。

調整体感期間(保険外、12月末まで)として来院時に「ANGEを見た」で **初検料を半額**にいたします

この調整は頸椎の歪みを正常に補正して全身に分布する神経の伝達をスムーズにしその働きを100%発揮させるものです。調整は全然痛くありません。老人、お子様でも全くOKです。

実施できる場所は全国的に極限られます

① 頸椎症 首の歪みから起こる諸症状、不快感、違和感、頭痛、偏頭痛、めまい、しびれ、強度の肩コリ、ストレートネック症状、ヘルニア等。

交通事故の方は**無料**で頸腰椎調整します

各種保険・交通事故 取扱い **TEL.0465-36-1783**

要福祉、低所得(老、若、他)ご相談ください

ホームページ内 掲示板にて御来院者の声をご覧ください

平日 8:30~10:00
14:00~18:30
土曜日 8:30~10:00
日曜・祝日 休診

小田原市栢山274-9

期間限定キャンペーン (2018年12月末日まで)

マイルドホワイトニング

をお受けいただくと... 通常8,000円/税込

次回以降利用できる **2,000円券を無料進呈!!**

さらに **デンタルケアグッズプレゼント!!**

1回の施術で平均3~4段階のトーンアップを目指します

個人差はありますが、1回で「明るくなった」という実感を得られる方がほとんどです。

人から「歯がキレイ」と言ってもらえる白さ 日本人の平均的な歯の色

ホワイトニングは「あなたの歯」そのものを削らずに白くする施術です。クリーニングやエステサロンのセルフホワイトニングは歯の表面の「汚れ」を落とします。当院のホワイトニングは加齢などにより黄ばんでしまった歯の色を分解し白くします。

ナオキ歯科 ホワイトエッセンス 小田原富水 **Tel.0465-39-3332**

小田原市堀之内201-4 (セブンイレブン富水店向かい)

診療時間 平日/9:00~19:00 土曜/9:00~17:00
休 診 木曜・日曜・祝日

◎ご来院の際はこの証面をご持参ください

予約優先 カウンセリング無料
完全個室型 女性セラピスト

今年も頑張った自分へご褒美を!

Merry Christmas

Facial ANGE 2つの特別Menu

白肌フェイシャル体験

ディープクレンジング+クレイパック+バイオプロトン+肌別美肌トリートメント+毛穴洗浄+ヒアルロン酸導入+リンパマッサージ(首~背中)

1年溜めてしまったお肌の疲れを徹底ケア!!

通常価格 ¥9,720

初回限定 特別価格 **¥3,240** (税込)

肌診断込み 120分

お疲れ肌をリセット!

デトックスで体の中からキレイに!

どちらかのコースをお選びください!

体質改善 全身リンパマッサージ 体験 通常価格 ¥10,800

気になる部分を速攻サイズダウン!

部分集中ケア セルライト 撃退マッサージ +キャビテーション 体験 通常価格 ¥11,340

Body

血行、リンパの流れを促進 痩身&リラクゼーションのW効果!!

クリニカルエステ/イーズ **Tel.0465-46-1730**

ダイナシティ ウェストモール(小田原市中里208) 4F
営業時間/10:00~20:00 定休日/ダイナシティ休館日に準ずる 駐車場/有

<http://www.e-s.co.jp/salon/east04/> スタッフ募集中!

ANGEクーポン ANGE特別メニュー フェイシャル・ボディ
有効期限: 2018.12.28 お選びいただきこちらのクーポンをご持参ください

今年も1年ありがとうございました!!

人気のセットコース ¥1,000 OFF

11月12月のキャンペーン 12/28まで

Aセット 40分(全身)+30分(足ツボ) **¥6,000 → ¥5,000**

Bセット 60分(全身)+30分(足ツボ) **¥7,000 → ¥6,000**

ワンコイントッピング 頭のマッサージ 10分 **¥500**

頭も気分もスッキリ! 初回の方に限り

炭酸泉ヘッドスパ 40分 **¥5,200 → ¥3,000**

毎週木曜日はレディースデー

レディース30(30分部分コース) **¥2,000**

レディース40(30分+足ツボ10分) **¥3,000**

通常コースなど詳しくは 0465.net www.0465.net/genkinomoto/ 検索

ボディケア・エステティック・巻き爪ケア **Genkinomoto Body Care Labo** 小田原店

Tel.0465-48-1009 お電話でのご予約が確実です。

小田原市前川1155-1 JUNES小田原103 営業時間/10:00(受付開始9:30)~20:00 定休日/水曜日 駐車場ございます! 記事「特別講座」もぜひご覧ください!

ANGE 読者プレゼント

《応募締切》**2018年12月22日(土) 必着**

●ご希望のプレゼント番号
●お名前 ●郵便番号 ●住所 ●電話番号
●年齢 ●性別 ●アンケートのご回答

をご記入の上、下記宛先までご応募ください。

※ご希望番号がない場合は対象外とさせていただきますので、お忘れのないようにご記入ください。お一人様一通のみの有効とさせていただきます。

ハガキで応募 〒250-0011 小田原市栄町2-6-12 常見ビル3F アンジュ読者プレゼント 係

ネットで応募 <http://ange.mu/> のプレゼントフォームより

メールで応募 present@ange.mu アンジュ読者プレゼント 係

アンケート

- ① 行ってみたいと思ったお店がありましたか? *店名や施設名もご記入ください。(複数回答可)
- ② アンジュをどこでお取りいただきましたか?
- ③ 面白かったページはどこでしたか?(複数回答可)
- ④ 使用した、または使用予定のクーポンはありますか? *店名や施設名もご記入ください。(複数回答可)
- ⑤ 取り上げて欲しい記事はありますか?

1 小田原お堀端 万葉の湯 入館ペアチケット 浴衣・バスタオル付き **¥4,600(税別)相当** 5組10名様

2 箱根小涌園 ユネッサン ユネッサン&森の湯 1日バスポート(ペア) **¥8,200(税別)相当** 3組6名様

3 マルタジヨイ ブックストア Cher Couleur 試供品セット (クレンジング・化粧品・コットン) 5組10名様

ANGE特別講座

ゲンキノモト。 吉川先生に Vol.35

聞きました!

あなたのお尻衰えていませんか?

「最近お尻が垂れてきたな〜」と感じませんか? 歩いたり長時間立っていると疲れる、階段の上り下りが億劫だと感じている様であれば、お尻の筋肉が衰えてきたのかも知れません。お尻の筋肉は年齢と共に減少し、生活環境や運動不足により衰えやすいパーツですが、安定した歩行や運動パフォーマンスの向上・美ボディ作り・腰痛の予防、転倒防止にも、老若男女問わず是非鍛えておきたいところです。お尻の筋肉は、全身を真っ直ぐに維持し水平に保つ股関節の働きをサポートしているので、鍛える事で姿勢が良くなり、体の痛みや歪みも改善されていきます。日常生活の中で少し意識して使うだけでも効果的です。お尻が引き締まり、きれいな形になると姿勢もステキです!!

生活の中で意識的に!

- ◎歩く時は背筋を伸ばし、膝の裏もしっかり伸ばす。
- ◎歩幅を広くする。
- ◎階段の上り下りなどスピードアップ(危険のない程度に)
- ◎立っている時にお尻に力を入れてキュッと締める

お尻の衰え 当ではまる事はありますか?

- ・腰や膝が痛い
- ・電車などではすぐ座りたくなる
- ・片足立ちで靴下を履くのは難しい
- ・何も無い所でつまづく
- ・歩く速度が遅い

吉川朝子先生

ゲンキノモト。 広告もぜひご覧ください。

簡単だけど結構キツイ! お尻の筋トレ

仰向けに寝て足を肩幅くらいに開き膝を立て、手は体の横に伸ばしお尻をゆっくり持ち上げて肩から膝まで真っ直ぐになった状態で5秒キープ。慣れてきたら足の位置をお尻に近づけていく。

スクワットが一番おススメ!

ストレッチ

20秒キープ

20秒キープ

20秒キープ