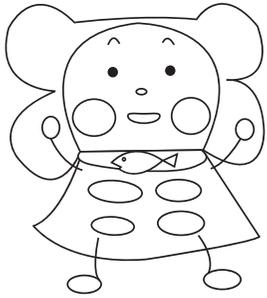


最近テレビや雑誌で再び注目を集めているリンパマッサージ。どんな効果があるのでしょうか？

リンパには体の老廃物を流しだす働きがあります。

リンパ液の流れが滞ると老廃物が体の中にたまってしまい様々な不調を引き起こします。



リンパの流れをよくするとこんな効果が！

☆水分の循環がよくなりむくみの改善に

☆体の中がキレイになり疲労回復

☆肩こりの改善

それでは自宅で簡単にできるリンパマッサージを紹介しましょう。

まずはひざ裏、脚の付け根、わきの下の順に優しく押します。

その後は末端から体の中心に向かって優しく流すだけ！

体を温めてから行うとより効果的です。

ここで注意して欲しいのは絶対に強い力でやらないこと！！

優しくなでるだけで十分効果的です。

やっぱりプロにやって欲しい(自分でやるのはめんどろ(>_<))という方は

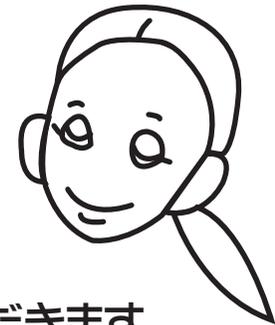
ごとう整骨院リラクゼーションルームをご利用下さい！

スッキリコースにはリンパの流れを良くする働きもあるんですよ。

プロの女性エステティシャンが担当致します☆

○スッキリコース(20分)2000円～

私、栗原が
行きます♪



3月からエステティシャン栗原が隔週水曜にお休みをいただきます。

ご迷惑をおかけしますが宜しくお願い致します。



2/2～8まで副院長が新婚旅行に出発します。

院長一人での施術となる為混雑が予想されます。

ご迷惑おかけ致しますが、めでたい事なので

皆さまのご協力お願い致します。

ごとう整骨院

診療時間

土曜日は午前中のみ

日曜・祝祭日は休診

午前9:00～12:30

午後15:00～20:00

予約はこちら⇒048-942-0510

キュウオウツウ オゴトウ

ごとう整骨院

検索

予約優先制です