

いつも笑顔でイキイキと 九月号

# 東洋堂健康新聞

2016年9月号  
東洋堂治療院  
漢方・自然薬 東洋堂



健康新聞九月号を発行致します。リオオリンピック日本選手頑張りましたね、毎日のようにメダルを獲得して日本中が盛り上がりました。閉会式で次期開催国の日本にオリンピック旗が引き継がれ、いよいよあと四年なんだと実感がわきました。四年後の日本、どのようになっているのでしょうか？日本で行われる平和の祭典が意義の有るものになりますように願っております。そして、四年後に活躍するであろうオリンピックを目指し頑張っている若者にエールを送ります。

## ☆アンチエイジング☆

### ☆ドライフルーツの効果☆

ダイエット中の人や、お肌や健康に気を使っている人は、夜、お腹が空いたからといって、気軽に口の中に入れておくことができません。我慢して、そんな時はぜひ

### デトックス健康法

デトックスで排出

毒素の主な原因

- 1.食料・飲料  
農薬、保存料、添加物など
- 2.日用品・化粧品  
保存料、化学物質など
- 3.環境  
大気汚染、化学物質など
- 4.ストレス  
心や体の不調など

現代の食品には、品質を保つため、農薬や保存剤、添加物などを使用しています。基本的には「体に害がない」とされていいますが長期使用による影響はまだ不明ですが、健康を害する原因となっている可能性が高いと言われています。知らないうちに、体のためになってしまった有害物質や毒素を解毒・排出することで、身体機能が正常になり新陳代謝も上がり、健康な体や美しい肌を取り戻す。これが、デトックス健康法です。東洋堂では、三十分でデトックスするほどの効果がある**足裏デトックス**をお勧めしております。

ドライフルーツには各種ビタミン、ミネラルが豊富で健康美容に最適な食材です。ヨーグルトなどに一緒に入れて食べれば、腸内の働きも良くなり、ぜひ肉を減らす効果などがグッとあまります。夜でも積極的に摂取してください。食材として今、注目です。

## 健康の玉手箱

気になる感染症

### 【急性出血性結膜炎】

【急性出血性結膜炎】は、エンテロウイルスBなどによって引き起こされる急性出血性結膜炎です。突然目の痛みを起し、結膜の充血や出血のほか、光を眩しく感じるようになります。特に特効薬はないので、目の炎症を抑える薬を用いて安静にします。

予防のため、丁寧に手洗いをし、目やにや涙を拭きとる際は、手でなく、使い捨てのタオルやティッシュなどを使うなどを心がけましょう！

### 【黄色ブドウ球菌】

【黄色ブドウ球菌】は、並目袋から自鼻や耳の中、皮膚にいます。六の中、皮膚にいます。通常は何もありませんが皮膚に傷口があるとそこから増え、かゆみのある水泡やカサブタを作り出します。特に夏場は虫刺されや汗などができ、その引っかけ傷から感染が広がるようになります。子供が多くかかる感染症で、引掻いた手であちこち触ると、そこからまた感染し広がります。皮膚を傷めつけないように爪を短く切ったり鼻の穴をいじらないように気を付けてみましょう。

治すためには、傷口をきれいに洗って消毒し、ガーゼなどで覆い、細菌が他の場所に広がらないように注意します。

まだまだ感染症の時期が続きます。お肌の注意を☆

## お客様の声ご紹介と院長コメント

東洋堂の施術のほとんどをやられた事の有る方からのコメントです。

冷えの改善大切です。

気功治療で痛みの治療の場合、熱く感じたり、痛みが移動して身体から抜けていく感じになる方が多いようです。不思議ですがほんとの話しです。体の疲れも足の方から抜け出て、頭の方からエネルギーの様なものが入ってくる感じを受けられる方がおられます。

3ヶ月前から足が蒸し暑くしていましたが、手を変え足を変えて冷えが解消されました。仕事で冷房を強く利かせているので足が蒸し暑くしてからは10分程度に仕事を休ませました。足裏がトクソに感動してのが足がヒートも軽くなったのがすぐに実感しました。

このお店で一番すごいと思ってるのは、気功が、精神的にも痛みが、おそれにも不思議な位知ります。と、その方達の親切さがとてもありがた。いつも笑顔で、おしゃべりをするのが気持ちいいです。言葉で表現するのはとても難しいので、体感するのが何よりだと思います。お礼の場所が可

## コラボ企画 3 回目 美顔経路『顔ツボ』&温熱フェイスエステ

9月13日(火)、東洋堂に『月あかり』サロンオーナー飯田藤子氏が来店

特別施術コーナーにて美顔経路『顔ツボ』&温熱フェイスエステを行います。

予約制となりますのでご連絡はお早めにお待ち致しております。

本当に気持ちいいです。おすすめです！終わった後、違いがはっきりと分かります。試して実感！

施術料金 特別価格、1回 4000 円

目の疲れや、お顔の引き締め、リフトアップの効果があります。

## 店長の独り言コーナー

あなたには普段から意識して使っている言葉はありますか？

今回ご紹介するのは、特に、相手を褒める際、有効になる言葉です。その言葉とは：

「素晴らしい！」

「素敵です！」

「尊敬します！」

「ありがとうございます！」

どれも短い言葉ですが、言われた相手は無条件に嬉しい気持ちになりますし、その気持ちは伝えた本人にも伝わりませぬ。このことから、周りを幸せにする言葉と言われます。

これらの言葉は、普段あまり言わない方が多いので、はじめは照れくさかったり、恥ずかしい気持ちもあるかも知れませんが、勇気をもって伝える習慣をつけましょう。伝えていくうちに自然と咄嗟のときに言葉として出てきます。そのとき言葉は言葉として相手の魂の琴線に触れ感動を与えます。

まずはパートナーから、家族へ、友人へ、職場の同僚に對して、毎日一言でも伝えていくとしたら、相手との関係は今とどのよう変わるのでしょうか？

ぜひ、まずは、あなたの周りからです。



## LINE@人気です。

東洋堂のお得情報、お店情報、お知らせなどをLINEで配信しています。先日登録して頂いた方にはオリピックの速報とお得情報で喜んで頂きました。LINEをやられている方、是非登録して下さい。

LINEアプリを起動して、

『その他』タブの『友だち追加』で左側のQRコードをスキャンして下さい。

- 発行：東洋堂治療院 漢方・自然薬 東洋堂
- 責任者：小深田 幸由
- 住所：〒274-0063 船橋市習志野台 4-45-15-101
- TEL：0120-193-289
- HP：<http://www.tohyodo.com>
- HP：<http://tohyodo.com/tiryoin.html>
- e-mail：[info@tohyodo.com](mailto:info@tohyodo.com)
- 営業時間：10:00～20:30 第1・第3日曜日、火曜日定休

## ★お知らせ

当店の駐車場ですが、隣に家が出来てしまい現在2台の駐車スペースを確保しております。(縦置きに白ペンキで東洋堂と表記されています。)ご来店の際、空がない場合は、近くに有るビッグAの駐車場(タイムズ)をご利用ください。(30分まで無料)施術等でご利用の場合駐車料金は当店で負担させていただきます。