

『ここだけの話』

2017/1 Vol.10 発行：浦安駅前整体院/鍼灸院 047-355-4265

・新年明けましておめでとうございます！！



とうとう今年も始まりました。2017 年も浦安駅前整体院を宜しくお願い致します！！

それにしても年末年始のお休みはあっという間に終わりますね^_^;

2016 年は 3 月から長谷川先生がニュースタッフとして浦安駅前整体院に仲間入り。

4 月にこの「ニュースレター」を書き始め、8 月には何故か親戚の変なおじさんから「腹筋ワンダーコア」が届き毎日腹筋 100 回を始め、10 月から「酸素カプセル」を導入と色々に変化のある年でした。

そして 2017 年 1 月から新しくお店の『アプリ』を導入する予定です。

これからは電子診察券としての役割はもちろん予約も以前よりスムーズに取れ、そしてこの『ニュースレター』も見れるようになります(笑)。導入したら是非皆さまご活用下さいね♪

「アプリ」以外の予定はまだ未定です^_^;

また何か始めることになったらしっかりとこの「ニュースレター」でもお知らせいたします♪

さて、お正月は皆さんどのように過ごされましたでしょうか？

旅行？ 帰省？ 買い物三昧？ 寝正月？

まっ、人によりそれぞれのお休みを堪能したことでしょうね！！

ちなみに私は帰省と買い物で終わりそうです…。(12 月 26 日現在)

数年前に年末年始で沖縄へ行ったのですが、もちろん海は入れませんが、1 月なのに 20℃前後。

過ごしやすかったらありやしない。。

その時はこんなに気持ち良いんだったら毎年年末年始は沖縄に行きたいと思っただけです (*^_^*)

それほど気持ちの良い正月でした。

今年が皆さまにとって心と体が素晴らしい年になります様に！！

心の方はなかなか難しいですが…(笑)、体に関してはしっかりとケアを致しますので、頼って下さいね！！！！

・2017 年の目標！！

2017 年は皆さん何か目標等がありますでしょうか？！

目標を立てると言ってもなかなか難しいですよ。しかし、今年は少しでも運動しようかな？ 毎日ストレッチしてみようかな？ 英会話を習ってみようかな？ という目標を立てなくては行動が出来ません。まずは何か見つけて下さいよ。

そして整体院からお願いしたいのは、やはり『体を硬くしない事』と『筋力を落とさない事』なので、**ストレッチ**を行って**骨格の矯正**を受け**運動**をする。

これを今年も皆さまにお願いしたいと思います！！

寒くて家の中ばかりいと血行が悪くなり代謝の低下→運動をしていないから筋力の低下→疲れやすい体の完成！！

とならないように気をつけて下さい！！！！

ちなみに私の今年の目標は……まだ決まっておりません(笑)。しかしそのうち必ず見つけたいと思います。

昨年の私の目標は歴史の小説を読む事…。し、しかし試してはみたんです。苦手な歴史を克服するために何回も何回も読むと思って読んでみたんです。しかし、1 ページすら読めない…(ToT)

こんなにも歴史が苦手だったとは。。。

だから好きな本を読みました。昨年は沢山読みました。今後も歴史の本は読めないかもしれませんが、今年も本は沢山読んでいこうと思います。

そして、学生の皆さんは志望校に合格する事がまずは今年の目標になりますね。

今月から試験が始まると思います。残された毎日を無駄にせず、最後まで諦めずに試験に臨んで下さい！きっと良い結果が見えてくるはずです。

そして合格したら4月から新生活の始まりです。(4月って言ったら今年ももう4分の1が終わってますけど…。このたぐいの話は結構しますね(笑))

先に向かって今を頑張っていきましょうね。



・某有名選手と出会う！！

昨年末に浦安駅前整体院忘年会を南行徳にある『七福』（広島お好み焼き）で行いました。

な、なんとそこに千葉ロッテに在籍している外国人助っ人D選手（4番バッター）に出会いました！！！！

忘年会は日曜日の夜に行ったので1週間の疲れがあったのですが、そんな疲れはすぐに吹き飛びテンションMAX！！

逆に元気になってワインを飲みまくり、そして次の日ダウン(～o～)

ダウンした話は置いておいて、なんと実際プロ野球で活躍されている選手に会った事自体ビックリなのにそのD選手と肩を組み写真を撮り、サインを頂きました。

そしてD選手が帰るときにD選手の野球カードにサイン入れてくれたのです。

あ～なんて良い選手何だろう♪来年もしっかりと応援しなきゃと思えばべれけになるまで飲んでその日は帰宅…。

次の日…。その選手がYahooに出ているではありませんか！！

おー昨日俺と肩を組んで写真撮ってぜ～的な感じで記事を読んでいたら…。

『ロッテ』退団！！！！(><)

恐らくロッテの選手として最後の写真とサインだったでしょうね！！

来季からはソフトバンクに移籍との事…。

どこに行ってもあの日の事は忘れないよ。デスパ…。

気になる方は是非西念までどうぞ(^_-)-☆写真をお見せします♪

・編集後記

昨年の4月から始まったこのニュースレターも今回で節目の10回目となりました！！

最近ではこれなかなか面白いよ！！毎回楽しみにしている等色々とお声を頂くようになってきました。

そうなると書く方にも熱が入ってきます(^_-)-☆ますます頑張って書いてちょうので期待して下さいね！！

さて、皆さんお正月太りしていませんか？

私は毎年します…。なので、仕事し始めたらずに節制を始め早めに元の体重に戻すようにします。

早くしないと太った状態が普通になってしまいますからね。。。

ご来院の方で今年5月に結婚式を行う方がいます。

現在加圧トレーニングでバンバン絞っておりますが、年初めからまたメニューをハードにして追い込みをかけていきますから楽しみにして下さいね♪

お正月にやってしまった～って方は是非新春『サイズアップ』(笑)を試してはいかがでしょう？！一緒に痩せましょう！！

一人だとなかなか痩せないで仲間がいた方が励まし合いながら出来ますからね。

さあ、今年も皆さんと一緒に楽しく施術＆加圧トレーニングをしていきます。

本年も浦安駅前整体院を宜しくお願い致します！！！！