



くまのてNEWS

5月の時点で場所によっては35度を以上の温度を記録し春なのに夏みたいな気候でした。6月は梅雨に入ると湿度が上がり蒸し暑くなって体調を崩しがちになります。西日本の梅雨入りは6月5日～12日頃、梅雨明けは例年7月20日前後だそうです。一ヶ月乗り切りましょう！！

プレゼント
特典付き

くまのて整骨院

LINE@ はじめました

～うれしい情報をLINEでお届け～



今なら、友だち登録後すぐにプレゼントがもらえます！



★登録のしかたは2種類
「LINE」のアプリを起動
①「友だち追加」→「QRコード」より下のQRコードを読み取り登録
②：LINEの検索で「くまのて整骨院」と検索→二番下に「くまのて整骨院」があります
※旧河村整骨院 LINE@とお間違えなく・・・

くまのて整骨院のLINE@がいよいよ始まりました！そもそも**[LINE@]**ってなに？

LINE@とはくまのて整骨院から送られるメルマガのようなものです。院からのご案内を送信予定です。また1対1のトークも可能で、健康のご相談から何気ないやりとりまで可能です。**[予約もできます]**LINE@で友達登録していただければ、LINEからご予約もできるようになります。電話のつながらない休日や深夜の時間でもLINE@ならご予約頂けます。（当院より返信をしてからの予約確定となりますので、LINEからのご予約は予約前日までにご連絡下さい）

また、(旧)河村整骨院 LINE@は近々廃止予定ですので、すでにご登録の方はご面倒ですが、新しい「くまのて整骨院 LINE@」に登録し直してください。



↑登録用QRコード

2017 Calendar

6月



1(木)		16(金)	
2(金)		17(土)	
3(土)		18(日)	
4(日)		19(月)	
5(月)		20(火)	
6(火)		21(水)	
7(水)		22(木)	
8(木)		23(金)	
9(金)		24(土)	
10(土)		25(日)	
11(日)		26(月)	
12(月)		27(火)	
13(火)		28(水)	
14(水)		29(木)	
15(木)		30(金)	

布施のみならず色々な所に行ってみた!!

UK カフェ 高井田店

20年ぶりぐらいに高井田のUKカフェに行ってきました。店の中は相変わらずのアメリカンな感じで音楽がガンガンにかかって良い感じでした。UKってどういう意味かと思って思ったら、University of Kentuckyでオーナーが当時留学していたケンタッキー大学に由来しているらしいですね！料理はかなりのボリュームでお値段もリーズナブル！思いの外ファミリーのお客さんも多かったです。アメリカを感じてください！！



Tel.06-6783-1539
24時間 365日 年中無休

★今月の心理テスト★

レストランや喫茶店で注文するとき、あなたは迷いやすい方ですか？それともすぐに決めるほうですか？

- 1、たいてい決まったものを注文する
- 2、メニューをじっくり見てゆっくり決める
- 3、疑った料理や難しそうなお店のものを選ぶ
- 4、人と同じ物を注文する

梅雨と熱中症と梅干の話

梅雨は気温の割に湿度が高く、蒸し暑くなり熱中症の危険が高まります。一般的な熱中症は高温で上がった体温を調節しようとして、大量の汗が出て水分やミネラルが失われ、頭痛や吐き気、失神、痙攣などの様々な症状を引き起こします。湿度の高い梅雨時はそんなに気温が上がらなくても、湿度のせいでかいた汗が蒸発せず、結果



として体温調節ができずに熱がこもるタイプの熱中症です。どちらにせよ、体温の調節機能が働かなくなり熱中症を引き起こします。そこでこんな時期におすすめなのが日本の伝統、“梅干”です！梅干には熱中症で失われた塩分やミネラルを回復させるだけでなく、梅干に多く含まれるクエン酸(酸っぱさの元)が疲労回復効果もあるため夏バテにも効果的なのです。さらに物を腐らせにくくする効果があることから夏のお弁当にピッタリです！梅雨の今から、早めの熱中症対策とし梅干を積極的に摂ってみませんか？

新たにスタートした「くまのて整骨院」のスタッフを紹介！



★午後受付★ 川中 恵 莉

(かわなか えり)

好きなもの

苺牛乳、たこ焼き

得意分野

日本史

こんにちは！ここに来て10ヶ月が経ちました。いつも温かく見守って下さる患者さんや院長たちのおかげで毎日がとても楽しいです。

最近、大学で畑を始めました。野菜の栽培に詳しい方、是非情報提供をお願いします…(笑)

西国 33 所巡礼 第 26 回

二十六番札所 法華山 一乗寺

創建白稚元年(650年)、開山法道仙人

三重塔、聖徳太子及天台高僧像十幅など文化財多数。法華山は古来八葉の蓮華の山に喩えられ・桜・新緑・紅葉が美しい場所です。

兵庫県加西市坂本町 821-17



発行 くまのて整骨院 布施店

〒577-0056 東大阪市長堂 1-12-1

お問合せ 06-6618-6233

くまのて整骨院 検索



元バックパッカー

柳の海外オススメ旅行！！



<旅行記インド編その25>

インドを旅行して、この時点で約2ヶ月！！3ヶ月オープンの飛行機チケットと3ヶ月まで滞在がビザいらすなので残りの旅行期間は約1ヶ月になり、まだ行きたい場所はたくさんある。でも残り期間は短い！と言うことで次の目的地をいくつか考えてみた。タージマハルが有名なアーグラ、ガンジス河の聖地で沐浴できるヴァラナシ、ブッダが悟りを開いた地ブッダガヤ、インド東部の日本の歌謡曲にもなったカルカッタと候補地はたくさん！どれもデリーから東部の同じ路線にある場所なので全部行ってもいいんやけど……。いろいろ情報を集め、アーグラ却下！見所はタージマハルだけでおみやげ物屋の客引きが鬱陶しい！

カルカッタも却下！大都市はデリーとボンベイで、もう十分！後は、ヴァラナシとブッダガヤの2つ。せつかくインドに来たんだからガンジス河は見たい！河の水はかなり汚いみたいだけど……。仏教が生まれたブッダにゆかりの地なので、ここも捨てがたい。とりあえずこの2つを目的に東部に行く列車のチケットを買いに行き翌日には列車に乗り込みました。最初はガンジス河のヴァラナシへ！

チャンスを生かせるかが分かります。

- 1、集団の中でもめることなく上手に振舞えます。協調性を重視し、固定観念に縛られやすく、体制からはみ出ることを嫌います。あまりこだわりすぎるとせつかくのチャンスが見えなくなるかも……
- 2、感情に敏感で顔色を読むのが得意な人です。ただし好き嫌いが激しく知らず知らずのうちに敵を作ってしまうやすいです。そのためチャンスの芽をつぶすことにもなりかねません。
- 3、考えをゆずることができない人です。縛らせることが嫌いでも何でも起用にこなしますが器用貧乏に終わるかも！独特な視線がチャンスを生むかも。
- 4、初対面でも打ち解け人間関係は良好です。ただ言葉や周囲に流されやすく長続きしないのが難です。じっくり取りくねればチャンスを得られます。