**体の動きを検査して、免疫力を高めるセルフケアをしませんか?**

テキスト

中程度の精度で自動的に生成された説明1日の**2%**　**約30分**を確保できる方にはお勧め !

最適なセルフケアは『**免疫バリア』**を強くします。

　 コロナウイルス感染症対策に役立ててください。

自分の体に合ったセルフケアは、身体重心を安定させるので、血行や自律神経の働きを高める

ご自身でできる免疫力アップの方法です。

◆体の動きのバランスを整える ➡ 身体重心の安定性向上 ➡ 筋肉や関節の緊張がほぐれる

　↓

◆血行や自律神経の働きが良くなる

　↓

◆免疫力・自己治癒力を最大に働かせる

【作成するセルフケア資料】

動作検査によって、あなたに最適なセルフケア資料を作成することができます。

作成した資料は、あなただけの専用画面で配信しますので、スマホやパソコンで視聴しながら行ってください。

〈セルフマッサージのポイント〉 〈骨盤ケアの方法〉 〈ストレッチの方法〉 〈ヨガ動画〉等

結婚式のドレスを着ている男性

自動的に生成された説明ダイアグラム

自動的に生成された説明

申込方法などの詳細は裏面へ

【検査時間】

所要時間 : 約25分

ご来院いただいて、運動機能分析システム（エキスパートAi）でカラダの動きを検査します。

QR コード

自動的に生成された説明※来院が難しい場合はオンライン（非対面）でも検査を行えますのでご相談ください。

オンライン施術の紹介ページはQRでご覧いただけます。➡

【費用と実施期間】

実施期間 : 2021年2月末日

費用 : **初回無料** 　※通常 : ￥3,900 ➡ ￥2,970（税込）

【申込方法】

**感染症対策として完全予約制となりますので、事前の電話予約をお願いします。**

院名 :

予約電話番号 :

予約時間 :

住所

【追伸】

健康の維持や増進には、動きのバランスを検査することがとても大切です。

それは**日々の体の動きや姿勢によって、お一人お一人の体には使いクセがある**からです。

使いクセが強くなると、動きのバランスが悪くなり、身体重心が不安定になってしまいます。

身体重心の不安定性は、筋肉や関節をこわばらせるので、血行や自律神経の調子を悪くしてしまい、

本来備わっている**免疫力や自然治癒力を低下させてしまうので、『疲れやすくなってくる』、**

**『回復しにくくなってくる』といった体調不良の隠れた原因**なのです。

**体の使いクセは、動きのバランスに現れており、見た目ではわからない**ので、

丁寧な3次元の動作検査をして、それに基づいた最適なセルフケアをサポートしています。

あなたの健康生活は当院にお任せください。

ポーズをとっている少年たち

中程度の精度で自動的に生成された説明

ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。