



くつろぎ健康ニュース

2012年9月号



9月になりましたが、まだまだ暑いですね。
くつろぎ倶楽部福井店も新しい店舗に移り、
がんばってますよ！

・ ノド の痛みに効くツボ

最近、ノドの痛みを訴える方が増えてきましたね。

暑すぎる天候やエアコンの影響でしょうか？

今月は、ちょっと参考に、**ノドの痛みに効くツボ** を紹介します。

ノドが痛いときは列欠というツボをよく揉んでください。

列欠の位置は、この辺りです。

手関節の親指側からその人の指3本分の所(人によって違いますが3センチから5センチの所)。

硬いのがとれるまでよく揉んでください。両腕の列欠を比べてみて、硬い方を行なってください。

でも、高熱が出たり、せきがひどいときには、病院へ行ってくださいね。



ちょこっとニュース

**くつろぎ倶楽部
福井店が
移転しました！**

**福井市大手3-12-8
0776-50-2711**

**みなさんのお越しを
お待ちしておりますね！
詳細は、HP にて**

**くつろぎ倶楽部
福井店では
毎週 火曜日 に
おためしキャンペーン
を開催しています！**

ぜひどうですか？

詳細は、HP にて

**くつろぎ倶楽部
福井店では
くつろぎスクール
を開催しています！**

ぜひどうですか？

詳細は、HP にて

今月のひとこと

くつろぎ倶楽部 福井店 新規移転オープン！

今後とも、よろしくお祈りしますね！



・ いろいろなソーシャルメディアで情報配信をしています！

**Facebook
Twitter
mixi
ameba**

上記のようなソーシャルメディアを使って
いろいろな情報を配信しています。

もし、よかったら見てみてくださいね！