

くつろぎ健康ニュース



くつろぎ倶楽部も 8周年 を迎えました！
みなさまのおかげです！
今後もよろしくお祈りします！

ノドに効くツボ

最近、インフルエンザ が、猛威を振るい始めましたね。
学校によっては、学級閉鎖 するところまで、でてきているようです。
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。

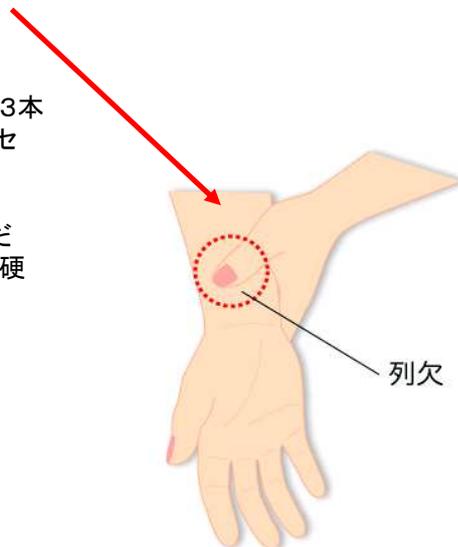
ノドが痛いときは列欠というツボを
よく揉んでください。

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

場所
福井市大手3-12-11
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

ご紹介の特典
もご用意しています

ぜひどうですか？

詳細は、お店 にて

くつろぎ倶楽部
福井店 では
毎週 木曜日 に
アイヘッド 10分サービス
を開催しています！

ぜひどうですか？

詳細は、HP にて

今月 の おすすめ

新しいサービス内容としてストレッチ を始めました！
一人で伸ばす事の難しい箇所を適切な方法で伸ばします



ゆっくりと伸ばす事で筋肉の柔軟性を高めたり、
関節の可動域を広げる効果があります。

・ 駐車券をサービスしています！

くつろぎ倶楽部 福井店 では、お車で来られたお客さんに
佐佳枝酒社さんの駐車券 をサービスしています！

当店の裏にあって
広い屋内駐車場で
とても近くて
雨や雪でもほとんど濡れずに
ご来店いただけます

