

CareとCureを提供しつづけて28年



MNS通信 絆

制作 MNS広報部 北九州市小倉北区魚町3-4-5 TEL 093-512-6778

発行責任者 竹脇 真輝 第10号 [25]

10月からの

キャンペーン商品は… 「トクホ」



体調を整える成分を加えるなどして、その効果が医学的あるいは栄養学的に証明された食品で厚生労働省から健康にどのように有効であるか表示することが許可された食品です。

スキッと快通青汁



おなかの調子を整え、便通改善に役立つ**特定保健用食品**です。ケール青汁に難消化性デキストリンと緑茶を配合し飲みやすくしました。

きちんとキトサンビスケット



キトサンが配合されたビスケットタイプの**特定保健用食品**です。コレステロールの高い方又は注意している方の食生活改善に役立ちます。

クイックコラーゲン



顆粒仕立てで溶けやすく飲みやすいコラーゲンのサプリメント。国産サケの皮下から取れた良質なコラーゲンを平均分子量1,500前後に低分子化したコラーゲンを使用。水や豆乳などと一緒に飲みください。

Oillio 日清オイリオグループ株式会社

フレッシュな若手にパタンタッチ!

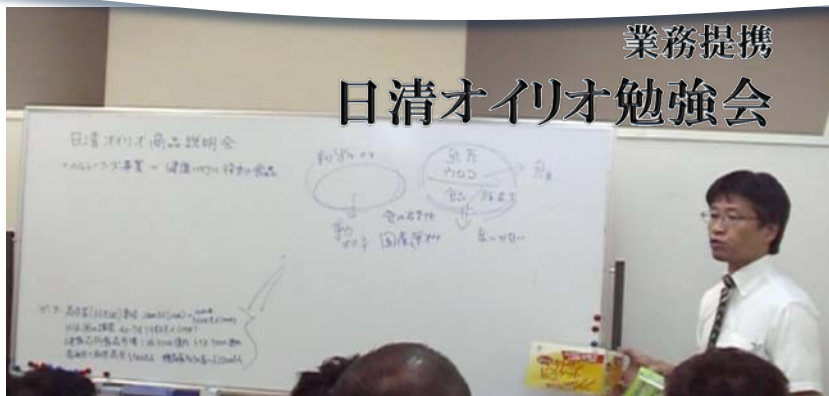
広報誌「絆」 新★発行責任者誕生



竹脇 真輝 [たけわき まさき]
年齢 24歳 趣味 読書
平和通り本院勤務 入社5年目

生かす初め竹脇真輝さん
今から竹脇真輝さん
初め竹脇真輝さん
すし初め竹脇真輝さん
でも行くレと受ける
リバートレと受ける
りバートレと受ける
なでても行くレと受ける
りバートレと受ける

今後は読書がメインで、
気楽に読書をするつもり
です。読書は、人生の指
針になると思います。



業務提携

日清オイリオ勉強会

秋の食と生活スタイル！
この秋が来ました。新しいインフルエンザの流行が心配です。予防には、手洗いやマスクの着用が大切です。また、冬がきたら、冷たいものを控えるように心がけましょう。補給剤もおすすめです。

秋の食と生活スタイル！

水嶋 昭彦

連載 社長メッセージ

全国一斉整体セラピスト2級・3級検定
試験対策集中講座

2009年 10月25日(日)

整体セラピスト2級・3級合格にむけての試験
対策集中講座と検定試験を同日に行います。

開催場所

北九州市小倉北区鍛冶町1-2-16 米原ビル2F

ナショナル整体学院 小倉本校
博多・熊本校も同日開催

お問合せ先 TEL 093-521-5570

受講料 ※集中講座と検定料を合わせた金額です。

一般 20,000円(税込)

卒業生/卒業見込み者 15,000円(税込)

第六回 店舗ルー企画

今流行りの
ジョギング、ランニングによる損傷

湯川整骨院 レトロ院 佐々木 明

腸脛靭帯炎(ランナー膝)

ランナー膝・・・陸上の長距離の選手に特徴的な膝の障害。ランニングによって、膝関節に衝撃が加わったり、屈伸や捻りなどの動作により、膝関節周囲の靭帯や軟骨などの組織を傷つけることによって痛みとしてあらわれる。
※ ランナー膝はランニングによる膝関節障害の総称であり、その中で腸脛靭帯炎はランニングによる膝障害の代表である。

[原因]

- ・オーバーユース、ウォームアップ不足。
- ・O脚、大腿四頭筋の筋力不足。
- ・足の小指側に体重がかりすぎる。

Grasping Test

(膝を90度屈曲して、腸脛靭帯を外側上顆で押さへ膝を伸展させると疼痛誘発)。



[予防] 内側広筋の強化

- ① 両膝を伸ばし、両膝を大きく開き床の上に座る。
- ② つま先ができる限り外側に回す。
- ③ その姿勢から、患側の脚をももの付け根の部分からゆっくりと持ち上げて(膝は伸ばしたまま)床から約25cmのところ、5～10秒間その姿勢を維持したら、ゆっくりと下ろす。この間、膝は伸展したままで、1日3セット行う。

大腿筋膜張筋→

股関節内旋、屈曲、外転 膝関節伸展

第3回
スタッフ
投票企画

「仕事以外で
白い人」

今月のお題

北九州・福岡地区



入社3年目、出身は、福岡県糸島郡、そね健康整骨院勤務
S61.4.8生れ、KMS夜間部2年生の有田 豊です。

佐賀・熊本地区



ナショナル熊本本校 鈴木宏和
です。MNS10年選手です。結婚は・・・もういいです。
・・・今でも十分快適です。

今月のお題「白い人」... 声に聞き取りにくい... 声に聞き取りにくい...

期がある。と断られたい。先生健康整骨院... 風リそオ... 風リそオ... 風リそオ...

「本人コメント」... 学校の通いな... 学校の通いな... 学校の通いな...

門司港院 M先生... 飲み会のハツ...

朽網院 E先生... 然...天...然...天...然...天...

鈴木先生って... ZENは... ゼン...ゼン...ゼン...

布団を干して... 雨... 雨... 雨... 雨...

松永さんって...

ご同※... 紹介ポ佐... 紹介ポ佐... 紹介ポ佐...



八代の松永未来です。入社日...H20. 6 年齢...今年20歳 一言...「天然じゃないです!!」

で「忙しい時でも笑顔... 笑顔... 笑顔... 笑顔...

中国 地区



みゆき院の川上貴啓です。入社年月日は、H20年3月、年齢は22歳です。ちなみにですが、9月21日からソレイユ勤務になります。宜しくお願いします。

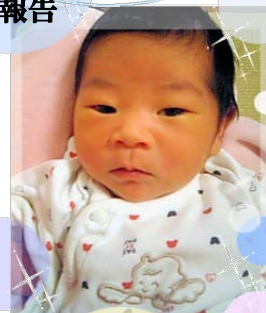


おめでとう ♡ 江良先生

baby誕生報告

名前は、瑞来(みづき)と名付けました。瑞には、めでたいとか幸せの意味がこめられており、幸せがたくさん訪れるようにと願いをこめて「瑞来」としました。

中央町 江良



げんきでおおきくな～れ!!

川上先生って... ママた飛モ「本人コメント」... ママた飛モ「本人コメント」...

福岡... 福岡... 福岡... 福岡...

編集後記

今回、初めて編集に携わることになり、何をどうしていいのかわからないまま、勝山先生・大森先生・登先生からのアドバイスを受けてやっと発行にこぎつけました。ご協力ありがとうございました。これからも皆様のご協力よろしくお願い致します。