

病院で検査したら、腰痛の原因は、骨粗鬆症からきてると言われました。治療というものはなく、ただ月に一度、骨粗鬆症を改善していく薬を飲むだけです。相変わらず、起きて動いている時は、身体を急にねじったりさえしなかったら、痛くはないんですけど、しゃがんで床にある物を取ろうとしたり、横になる時、起きる時、起きて身体を動き始める時、もう、痛くて痛くて、躊躇するぐらいとても辛いんです。薬を飲むだけで、じっと我慢してこのまま生活するのは耐えられません。ダメもとで、市内に気になっていた整体院があったので、行ってみました。立ち姿の写真を撮って言われたのが、右肩が上がっているという事でした。ありがちな話ですが、筋肉が固く、右肩が上がった状態で筋肉が固まっているから、腰痛になっている。そして、長年苦しんでいる頭痛も、酷い肩こりからきていると言われました。整形では、横向きで寝る事を勧められたのですが、整体院では、歪む原因となるから仰向けで寝る事を勧められました。さて、どうするか？今は、整体院を信じて通って、生活してみる事にしました。(\*~\*)腰痛も改善して、長年苦しんでいた頭痛も無くなったなら、最高なんですけどね~、若くはないから、そう上手くはいかないと思いますけど、通う以上は、楽になる事を信じて、自分でも出来る事は惜しまずに、頑張ってみます。(^^)/

今まで以上に元気な竹田をご期待ください!(\*^▽^\*)

## タントのオイル交換、全く忘れてました (^\_^;)

去年の2月、長いローンが終了し、車検も受けて、とても楽になった気分になりました。車検を受けた時に、バッテリーが弱っている事を指摘されたので、それだけは、頭にあったのですが、オイル交換の事、全く考えてなかったんです。デリカに乗っている時は、ディーゼルなので、小まめにオイル交換だけは忘れずに絶対しないと決めて乗っていたんですけどねー、何故か、タントのオイル交換の事、頭から完全に抜け落ちてました。(^^;) 12か月点検のお知らせのハガキが届いて、「そう言えば、車検を受けて、オイル交換1度もしてない！」焦りました。遅いぐらいだけど、気が付いて良かったと思いました。今まで思った事なかったんですけど、お知らせのハガキ、とても大事なんですね。気づかせてくれた事に感謝です。(^^♪



通常のカット、パーマ、カラー、お顔剃り、シャンプー以外にも  
男性にも、女性にも、喜ばれるサービスに自信があります！

### ■白髪染め

- ・絶対に痛めない白髪染め「ハリコシカラー」
- ・輝髪ザクロペインター
- ・ヘナカラー(天然100%ヘナ)

### ■セラミドマッサージ&パック

人気！肌のうるおいやハリに

### ■ヘッドセラピー(ヘッドスパ)

ツヤ髪&育毛促進(抜毛・薄毛・白髪)&  
リフトアップ&美肌・肩こり&眼精疲労&リフレッシュ

### ■着付け

着物の着付け+ヘアメイク+メイクできます

### ■男性用ウィッグ

軽くて丈夫！お手入れ簡単！価格もリーズナブル！

### ■女性用ウィッグ

どこのメーカーにも負けない自然さ、装着のしやすさ！

### ■フレンチカットグラン

髪の毛が多い・クセがある・ハネぐせがある・髪の毛の長さは変えたくない方

### ■まつ毛パーマ

毎日のオシャレや自分磨き、若々しさに

### ■減毛(脱毛)

・男性のひげ・女性の脇など、大手エステサロンと同様の仕様です

### ■フェイシャル(エステ)

・しわ、たるみを改善    ・シミを改善    ・赤ら顔を改善  
肌の細胞を活性化させて、リフトアップ！    シミの原因に直接アタック!!    血流をスムーズにさせ、トラブルを改善！

続けるものだから、リーズナブルに

### ■白髪染めハリコシカラー年会員

365日白髪なし！染め放題！

### ■減毛(脱毛)・フェイシャル(エステ)

各料金割引コースあります！プレゼント付！

お気軽にお問合せ  
下さい(^^♪