

# カラファク便り 2012 1月号

皆様、こんにちは。鎌倉店スタッフ佐野です。^^  
 昨年は震災が起こり、本当に大変な1年でしたね。  
 今年は少しでも多くの方々が笑顔になれるように  
 穏やかで平和な日々になって欲しいですね!!

カラダファクトリー鎌倉店では、皆様の健康をサポート  
 して沢山の笑顔を増やし鎌倉を、そして日本全体が  
 元気になれるようにスタッフ一同、日々精進に参ります。

「整体でいつも身体も元気に!!」を合言葉に  
 毎日、元気いっぱい営業しております。  
 皆様のご来店、いよいよお待ちしております。

カラダファクトリー鎌倉店  
 住所：鎌倉市小町 1-7-12 日光ビル 2F  
 TEL：0467-39-5681  
 営業時間：10:00~20:00

リニューアルしました!  
 窓ガラスに貼られた看板を全面的に  
 リニューアルしました。今までの物は  
 どちつかといえは「和」をイメージした物  
 でしたが、新しくなった看板は「骨盤」を  
 イメージしたロゴが「目立つ物」です。  
 スタッフも「新体制」になり今まで以上に  
 明るくフレッシュなメンバーで皆様を  
 お待ちしております。^^

## 睡眠の豆知識

「旅行先で良く眠れなかった」と  
 いう話をよく耳にしますが  
 これは、身体にあった枕では  
 ないために身体のねじれや熱の  
 放散がうまくいかない事から起こる  
 首の交感神経を刺激して一時的な  
 睡眠障害です。頸椎に歪みか  
 あると神経の圧迫も強くなり  
 質の良い睡眠が出来なくなります。下記の特徴が  
 3つ以上当てはまる方は、今すぐ「当店」で頸椎の  
 調整をして歪みを改善していきましょう!!



- 朝起きると、首~肩に辛さがある。
- 横向きでないと眠れない。
- 知らないうちに枕を外してしまう。
- 朝、顔がむくみやすい。
- 枕をしているのに、その下に自分の手を入れてしまう。
- 目覚めが悪い。
- 寒い時、布団から出るのが辛い。

整体骨盤調整コース(APIバランスコース)がおすすめです。

## 下のチェックボックスに当てはまる人は要注意!!

- 肩こりがある
- 頭が痛くなることが多い
- 目の疲れを感じる事が多い
- 靴のかかたが外側から減ってくる
- 最近歩くのが遅くなった気がする
- 休日は寝たり、休んでいることが多い
- 寝起きが悪い、スッキリしない
- なんとなく体がだるい、疲れている



今まで当たり前と思っていたことが、実はゆがみのサインなんです!!  
 いつも「しょうがない」と思って我慢していませんか?  
 体の土台から起こるトラブルにご用心!!

「お便りはもういらないよ」という方は、店舗にお電話を頂くか、下記にご記入の上、このお便りを FAX  
 して下さい。  
 以後、お便りはお届け致しません。 FAX：0467-33-5682

お名前： \_\_\_\_\_  
 ご住所： \_\_\_\_\_