



おかげさまで、創刊10周年です。 紙面をリニューアルしました！

「石の上にも三年」という言葉があります。それにならうと、「丘の上にも十年」となります。  
リリーブ(re・live)という言葉があります。re+live。意味は「よみがえる」、「生まれ変わる」という意味でしょうか。リリーブ(re・live)、いい響きです。  
「緑が丘しんぶん」は、今月号から、リリーブ(re・live)しました！

こんなにユニークな方が。

## 丘の人

第105回



お客様や地域の人に喜ばれる会社でありたい。

たかふじ せいじ  
**高藤 政二** (本町通1 (株) 岩手科学社 社長)

2025年11月号

緑が丘

第120号

発行：(株)岩手科学社 (本町通1丁目5-30) 「緑が丘しんぶん 丘」編集室

特別に材木町、黒石町、東黒石町、材木町等への全戸配布型フリー(無料)ペーパー。約五四〇〇部発行。  
(高松・上田・箱清水・三ツ割・岩脇町には現在、配布されていません)

二〇二五年十一月二十日発行 (毎月一回発行)  
緑が丘を中心約5千4百世帯に無料配布しています！  
広告掲載のご依頼、お店の取材依頼などお気軽にメールください♪

ネットでも、最新号の全頁を無料で見ることができます。



(株)岩手科学社 [www.kagakusya.com/](http://www.kagakusya.com/)



「緑が丘しんぶん」発行事業を引き継いで  
新聞発行をしてきたNPO法人が解散したため、  
昨年六月より、弊社事業の一部門として、地域新聞  
発行事業を引き継ぎました。  
「緑が丘しんぶん」の事業収支についても、弊社  
が事業の一部門として税務申告しています。  
今後とも、よろしくお願ひいたします。

### 地域貢献事業を推進する会社でありたい

教育・研究機関の備品等を整備する会社として、  
弊社は昭和三十年代より営業してきました。  
会社として地域貢献事業を進めており、ずっと「緑  
が丘しんぶん 丘」には注目していました。創刊号  
から最新号まで全部、弊社で保存していたんですよ。



高藤社長にお聞きしました。

ホームページを見た方から仕事依頼も  
会社というものは、今や「公けのもの」であると  
思います。世の中も変化しております。会社のホー  
ムページもそのようなことに留意してリニューアル  
しました。  
弊社のホームページを見た人から仕事の依頼も來  
ております。弊社は民間の会社ですが、岩手県の一  
部だと思っています。

### 地域の「未来作り」を夢見て

今後、弊社は、スポーツ少年団応援と地域新聞發  
行の二本柱を加えたいと思っています。  
弊社がスポーツ少年団に関わって剣道の応援をす  
ることは、地域の子どもを育てることに繋がります。  
子どものための「未来作り」として、今後も進め  
ていきたいです。

城南小・城東中と、盛岡で育ちました  
母の仕事の関係から、生まれは神奈川県ですが、  
すぐに盛岡市に転居して盛岡で育ちました。  
パソコン製造の会社に勤務していましたが、父  
の事業を引き継ぐために盛岡に戻りました。  
これまでの生き方の「答え合わせ」がこれから  
出てくると思いますが、今できることを精一杯、  
誠実にこなしていくつもりです。

### 山岸剣道スポーツ少年団

山岸剣友会(一顧の部)

参加者募集！

【小学生】礼法、基本の習得、近隣大会への参加  
【中・高生】部活の補助と試合対策、段位取得の支援  
【大人】健康増進、段位取得の支援

- ◆活動日
- ◆活動内容
- ◆活動場所
- ◆指導者
- ◆連絡先

土曜日／17:00～19:00 日曜日／9:30～12:00  
基本動作・試合対応・日本剣道形・段位取得対応 など  
盛岡市山岸児童センター体育館  
剣道六段／1名 剣道五段／1名 剣道四段／1名  
mail : [seijitakafuji@gmail.com](mailto:seijitakafuji@gmail.com) 高藤



わたなべ 内科 脳神経内科 クリニック



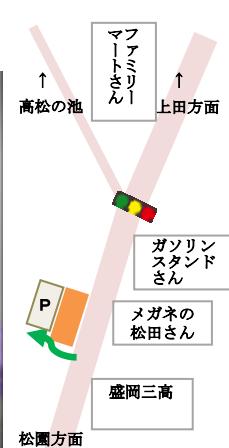
診療科目：  
脳神経内科、内科  
リハビリテーション科、  
脳神経外科、整形外科

診療時間：

- ・午前 9:00～12:30
- ・午後 2:00～ 6:00

休診日：

- ・木曜日午後
- ・土曜日午後
- ・日曜日/祝祭日



〒020-0114 盛岡市高松3丁目9-8  
TEL. 019-605-1117 FAX. 019-605-1118  
<http://clinic-watanabe.com>



## わたなべ先生の健康ノート (第117回)

## 現代病・職業病とも言われる

## 『頸肩腕症候群』について

## 頸肩腕症候群とは

頸肩腕症候群（けい けん わん しょうこうぐん）はその名の通り、首・肩・腕さらには手指かけての広い範囲にわたって痛みやこり、しびれ、だるさといったさまざまな不快な症状が慢性的に現れる症状の総称です。

レントゲンやMRI検査で大きな問題がみられず、変形性頸椎症、頸椎椎間板ヘルニア、五十肩（肩関節周囲炎）や肩腱板損傷といった首、肩の病気も否定された場合につけられる医学的な病名です。

原因が特定できないにも関わらず、日常生活や仕事に大きな影響を及ぼすことがあります。頸肩腕症候群は、単に筋肉の疲労によるものではなく、身体的・精神的な要因が複雑に絡み合って発症します。

オフィスワーカーや手作業が多い職種の人々に多く見られ、現代の社会環境や働き方がもたらすストレス、運動不足、長時間の同じ姿勢による筋肉の緊張などが大きく関与しています。



創刊10周年、おめでとうございます。  
さて、頸肩腕症候群という名前を聞いたことがありますか？  
肩こりがより広範囲かつ深刻になつた  
もので、首から肩・腕にかけて、痛み、しびれ、だるさ、筋力低下などの症状が現れます。  
現代社会において多くの人が悩まされるこれらの症状について、正しい知識を身につけ、日常生活や仕事のパフォーマンス向上に役立てて頂ければと思います。

## 頸肩腕症候群の主な症状

- ・頸部（首）・肩のこりや鈍い痛みが常に続く
- ・腕・手・指先のしびれや感覚の低下、だるさが広がる
- ・肩甲骨周辺の違和感や重苦しさ、圧迫感
- ・慢性的な頭痛、めまい、耳鳴りなどの全身症状が見られることがある
- ・集中力の低下や気分の落ち込み、イライラ、睡眠障害など精神面への影響
- ・手先の細かい動作がしづらくなることもある

これらの症状は個人差が大きく、短期間で改善する人もいれば、数ヶ月から数年以上にわたり続く人もいます。

また、天候や気温、ストレスの強弱など、さまざまな要因で症状の強さが変動することもあります。

## 頸肩腕症候群の治療法

症状が強い場合や自己対策で改善しない場合は、医療機関を受診しましょう。主な治療法には以下のようなものがあります。それぞれの治療法は、症状やライフスタイルに合わせて選択されます。

## ・「理学療法（リハビリテーション）」

～専門の理学療法士による運動療法や温熱療法

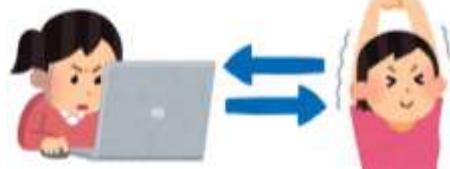
- ・「薬物療法」～鎮痛薬、筋弛緩薬、ビタミン剤などの処方
- ・「神経ブロック療法」～神経への痛み信号を遮断する注射
- ・「鍼灸・整体療法」～東洋医学的なアプローチで症状を改善
- ・「カウンセリングや心理療法」～ストレスや心理的な要因が強い場合に有効

## 頸肩腕症候群の予防策

症状を予防・改善するためには、日常生活や仕事の中で、以下のようない工夫が大切です。

- ・「こまめな休憩と姿勢の変更」～作業中は意識して1時間ごとに休憩を取り、首や肩を軽く回す、立ち上がるなどして同じ姿勢を避けましょう。
- ・「ストレッチや運動」～肩や首、肩甲骨周辺のストレッチ、ウォーキングや軽い体操を日常に取り入れ、筋肉の柔軟性と血流を促します。
- ・「作業環境の見直し」～机や椅子の高さを調整し、自分の体型に合った環境を整えることが重要です。パソコンのディスプレイは目線と同じ高さに設定し、手首や肘への負担を減らしましょう。
- ・「リラクゼーションやマッサージ」～整体、鍼灸、マッサージなどで筋肉の緊張を緩和し、心身のリラックスを図ります。
- ・「十分な睡眠とバランスの良い食事」～体の回復力を高め、日々の疲労を溜め込まないようにしましょう。
- ・「ストレスマネジメント」～趣味や友人との会話、深呼吸、瞑想などで気分転換を図り、ストレスをため込まない習慣作りも大切です。

30分作業したら、立ち上がって20秒だけでもストレッチ！



## まとめ

頸肩腕症候群は、首・肩・腕を酷使する現代人にとって身近な病気です。日々の姿勢や生活習慣を見直し、ストレスや疲労を溜めずにこまめなケアを行うことが、予防と改善の鍵となります。

症状が続く場合は、早めに医療機関に相談し、適切な治療とセルフケアを両立して健康的な毎日を目指しましょう。



## クリスマスケーキ

## クリスマスだけの美味しいチキン

おススメです！



プレミアム・チキン（骨付き）



司法書士  
実家信託アドバイザー  
照井 真理

盛岡市東黒石野一丁目

TEL : 090-6343-1521 FAX : 019-903-0336

## まり 司法書士事務所

## 業務内容

- 遺言など生前対策、事業承継
- 不動産登記全般
- 会社・商業登記全般
- 裁判業務一部
- 後見業務

初回相談無料です。  
お気軽にご連絡ください。  
(土日対応可・出張可・要予約)



ホームページ



わたなべ かつみ  
渡邊 活見 先生

（プロフィール）  
わたなべ内科・脳神経内科クリニック（高松3丁目）院長。長年にわたり、脳神経内科医として、診療にたずさわってこられました。医大時代はバイオリンを演奏していました。



ストレスをため込まない！

## 頸肩腕症候群の原因

頸肩腕症候群の発症には、いくつかの主な要因があります。

以下に、代表的なものを詳しく説明します。

- ・「精神的ストレス」～仕事や人間関係、生活環境などからくる精神的ストレスが筋肉の緊張や血行不良を誘発し、症状悪化につながります。
- ・「運動不足」～筋力や柔軟性の低下によって体のバランスが崩れ、首や肩、腕への負担が大きくなります。
- ・「不適切な作業環境」～椅子や机の高さが合っていないなどからなり、照明が暗かつたりする環境では、無理な姿勢を強いられやすくなります。
- ・「筋肉の緊張・疲労」～細かい作業や重い荷物を運ぶ作業などで、首から肩、腕の筋肉が継続的に緊張し、血流が悪くなります。

## 「争続」にならないために 今からできること

相続対策は、元気なうちに対策してほしいものの、元気なうちは全く考えないという矛盾があるのも事実です。遺言書一枚あればこんなに争わなくて済んだのにと思う場面も散見されます。高齢化に伴い、個人の遺産承継や事業の承継について少しばかり紙面でお話しできたらと考えております。

## まり 司法書士事務所

## 業務内容

- 遺言など生前対策、事業承継
- 不動産登記全般
- 会社・商業登記全般
- 裁判業務一部
- 後見業務

初回相談無料です。  
お気軽にご連絡ください。  
(土日対応可・出張可・要予約)



ホームページ





# おのだりえ 小野田利枝さん スタッフの皆さんと

An advertisement for the Panasonic KoriKoran high frequency therapy device. It features a woman's neck and shoulder area with a dark strap device applied. The Panasonic logo is at the top left, and the product name is written vertically in red and orange.

秀逸なのはデザインで、首の後ろにあたる部分に高周波<sup>モード</sup>バイスを4つ組み込んでいるのに、軽くてファット感が良く長時間つけても気になりません。

首元から少し前下がりでここにワンタッチ着脱できるマグネットがありズレにくく、またどんな服にも馴染みやすく、目立ちにくいけど見えてOKな安心感があります。さてこの高周波治療器コリコランループは、首にかけていてピリピリもブルブルもしないし熱くもならないし、拍子抜けするほど刺激がありません。

高周波の良いところはこの刺激がないところで、気にならないから長時間つけられるし、つけている間は治療が続くといふ好循環です。

体の深部に浸透し血管に作用して、血管を広げて血行を促進しコリをほぐす効果が期待できるとのことです。個人的な感想ですが、左右の肩甲骨がつくんじやないかと思うほど動かしやすくなり、首から肩にかけて一直到りゴリゴリが柔らかくなつて軽い感じになつてきました。これなら続けられるし続ければいいなあと、ちょっと嬉しい出会いとなりました。

肩こりさんがいたら、ちょっと試してみてと教えてあげたいイッピンです。プレゼントにも最適な丸いパッケージ入りです。

色は2色で、ブラックのほかに薄いベージュもおススメです。着脱用のマグネット部が艶消しシャンパンゴールドで良いアクセントに！

新しい家電、古い家電、かしこく素敵に使いたいですよね。上田の「柿沢電器」さんのご協力により掲載します。

かしこい 家電術

ギザギザハートの・・・  
悪ガキじゃなくて、肩こりで♪

肩二りと共存しながら今  
♪ちつちやな頃から言  
圧に通つたよ・・・あゝ  
言わないが・・・とまあ  
ずつと縁がある生涯を送  
こは、太宰治っぽく?)。  
その間、指圧やマッサ  
専用の器具機材を試した  
薬を使つたりといろいろ  
の、自分にとつての決定  
局どんなに良い対処法で  
自分が悪いわけで、♪そ  
か・・・と、なるべく気  
肩コリと共に存しながら今

ヨリで、15で指  
向かってくれとは  
肩や首のコリと  
つてきました（こ  
ージをうけたり、  
貼り薬や塗り  
試してみたもの  
は無いまま。結  
め、継続できない  
のに俺が悪いの  
にせず、いつしか  
に至ります（笑）。

そんなわけで2017年に、肩コリの  
庭用高周波治療器として業界唯一の医療  
器認証を受けた、コリコラン（ペソニ  
ク）という絶妙な名前の画期的な健康家  
電が誕生した時も食指が動きませんでした  
。そのために「ごめんなさい。このコラム  
ご紹介したこと�이ありません。ところが  
発屋と思っていたこの製品は人気となり  
後続機種のコリコランワイヤーが2022  
に誕生します。コリやすい肩全体に薄く  
織るような新しいタイプで、家電関連の  
ろんな賞を総なめにします。

テレビで紹介されたこともあり、入荷

**首にかけるだけで操作も簡単！**

ちが出るほどで、こちらとしても、ちょっとばかり気になり始めました。このあとさすがにコリコランもここまでかと思つていたら、さらに今年9月、シリーズ最新作のコリコランループが攻勢をかけます。ここまでくると肩コリの身としては見て見ぬ振りもできません。

先行して使い始めたうちの店長の一言『痛いところがとれた！』がきつかけで、ついに手をだすことにならず、小型でシンプル、USBケーブルで充電したら首にかけるだけ、操作も電源ボタンだけという簡単操作も決め手になりました。

# 緑が丘しんぶん 丘



阿部オーナー さん

「販促（はんそく）」とは魅力ある販売スタイル。西松園店・高松4丁目店・松園南口店でファミリーマートを経営されている阿部オーナーさんの「つぶやき」を掲載します。

## 女性オーナーの

## コンビニ日誌

## チャンスの神様～

十月某日 晴れ。ついこの間まで猛暑だったのに、クリスマス・ソングが聴こえてくる季節となりました。

チャンスの神様には「うしろ髪が無い」と聞いたことがあります  
が、その意味をネットで調べると、チャンスの神様を見つけたら  
通り過ぎないうちに「前髪をつかむに限る」と、らしいです。  
以下は、あるお客様の話です。

お客様 「急に前髪をつかんだりすると驚かれるから、質問をして  
みよう、つと。あの～、クリスマスと言ふと？」

神様らしき方 「ケーキでしよう。」

お客様 「あの～、プレゼントしたい人がいる場合は？」

神様らしき方 「予約」という方法があるでしょう。予約しておいて、  
クリスマスになつたらプレゼントするに限ります、はい。」

お客様 「突然、ケーキを贈ると、ビックリされるのでは？」

神様らしき方 「かもしれない。でもプレゼントしてみましょ。」

お客様 「プレゼントして、どうなりますか心配です。」

神様らしき方 「秘策があります。好みのケーキをもう一個、予約  
しておくのです、はい。」

お客様 「はて？」

神様らしき方 「自分へのプレゼントがあるようにするのです、は  
い。」

お客様 「なるほど、ヤケ食いですね。で、ところで貴方はケーキ  
を何個」予約されるのですか？」

神様らしき方 「念のため（苦笑）、二個、予約します。」

ワタクシ 「うけたまわりました。」

お客様 「思わぬ展開となつてしましましたが、美味しいケーキの予約は、  
すでに始まっています。」

本日も張り切っていきましょう！

「今年だけの」  
美味しいケーキとチキン  
ご予約をお待ちしております。



# 教育エッセー

教育エッセイ

第53回 「余白」から何か生まれる

紅葉が最後の輝きを見せ、冬の訪れを静かに生げる今日この頃。

街はクリスマスに向け鮮やかな色に染まり、私たちも年末に向けて慌ただしくなり始めます。カレンダーや手帳には、まるで「余白」がないかのように、仕事やプライベートの予定がぎり詰まっているのではないでしょうか。

先日、ある著名な経営者が「イノベーションは余白から生まれる」と話している記事を読みました。彼は、スケジュールを意図的に空け、あえて何もしない時間を持つることを推奨しています。一見、非効率に思えるこの「余白」こそが、新しいアイデアやひらめきを生む源泉だというのです。これは企業経営だけでなく、私たち個人の生活にも当てはめられるのではないかでしょうか。

現代社会では、スマートフォン一つでいつでもどこでも情報にアクセスでき、常に誰かと繋がることができます。電車の中や信号待ち、食事中…私たちは無意識のうちにスマホを手に取ることで「何もしない時間」を失いつつあります。

本当に価値のある洞察や創造的な思考は、「何もない時間」、つまり「余白」から生まれることが多いというにもかかわらず。この「余白」の概念は、教育現場でも見直さつつあります。

かつては、授業時間や宿題の量を増やすことが学力向上に繋がると考えられていましたが、最近では「いかに子どもたちに自ら考える時間を与えるか」が重要視されています。

例えば、授業中に少し長めの「考える時間」を設けたり、放課後の習い事を詰め込みすぎず、自由な遊びの時間を作つたりすることも推奨されています。

これらは、子どもたちが自らの興味や関心を探求し、主体的に学ぶ力を育む上で不可欠な「余白」です。

遊びの中から、思いがけない学びや発見が生まれることも少なくありませんので。

今日の情報社会において、あえて「余白」を持つことは、もはや贅沢ではなく、生きる上で不可欠なスキルとなりつつあります。

それは時代に逆行している分、スケジュールを埋めること以上に意識的に作り出す必要があるため、大変なことかもしれませんね。



聴こえを助けて、しかも  
補聴器には思えない!?

選べる聴こえ、補聴器1番館。

電話 **661-3381**

何方さまが事前予約からお願いしています

# もつとA.I.を

第1話 A.I.と「愛」の最適解は



司法書士 照井真理 先生

# 丘

仕事でA.I.（Artificial Intelligence・人工知能）に助けられることが多い今日、もしも、あらゆることがA.I.によって最適化されたら、私たちの生活はどうなるのだろうと想像することができます。私はA.I.に起こされ、「今日のあなたは、大切な人と過ごす時間を確保するため、朝食は私が作ります」と気の利いた言葉で目覚められるかもしれません。また通勤電車では、A.I.駅員が乗客を最適に誘導しつつ、高齢の方が側に立っている時には、「その方に席を譲るという愛がありますか?」と問い合わせてきてギョッとするかもしれません。私たちはすでにA.I.がもたらす便利さに浸っていますが、その影響は教育の現場にも及んでいます。ありがたいことに、A.I.は個々の習熟度に合わせて学習プランを提案し、地道な採点業務から教師を解放してくれます。しかし、A.I.には、情熱によつて生徒のヤル気を引き出したり、言葉だけでは伝えきれない「愛」を教えることはできません。なぜなら、人間同士の深い対話をから生まれる本質的な学びは、A.I.では代替できないからです。

そのため、朝はA.I.に起きたときには、A.I.には、情熱によつて生徒のヤル気を引き出したり、言葉だけでは伝えきれない「愛」を教えることはできません。なぜなら、人間同士の深い対話をから生まれる本質的な学びは、A.I.では代替できないからです。

今後、A.I.技術の進歩により私たちの暮らしは更に楽になり、ワクワクすることも増えるでしょう。でも進歩の中で少しの「隙」と少しの「遊び心」はあえて残して欲しいものです。

そして、その隙間を私たち人間の「愛」によつて埋めることで、バランスがとれるような気がしています。

（会社勤務 後藤隆司さん）

昔、生物の先生が言いました。「植物の合言葉は何か?」先生の答えは、「もっと光を」でした。タイトルを、「もっと愛を」と読むか?それは貴方次第です。会社員の後藤隆司さんに綴ってもらいます。お楽しみに（編集室）。



開店2周年記念のお祝いの花。ファミリーマート松園南口店さんから写真を送っていただきました。花の送り主は当編集室です。手前味噌です。おめでとうございます。

手紙・メールでのご応募を隨時お待ちします。手紙の場合は写真を郵送してください。

撮影場所・日時・一言をお願いします。

〒020-0015 盛岡市本町通1丁目5-30 (株)岩手科学社 緑が丘しんぶん 編集室

メールの場合は [nao\\_hatte@gmail.com](mailto:nao_hatte@gmail.com) 写メでよいです

以前の号で、読者のH.Nさんが岩山で見つけた「オニユリ」として、その写真を送っていただきましたが、別の読者さんから「ヤマユリではないでしょうか」との話を頂戴しました。「毎号、隅々まで読んでいて、とても楽しみにしています。これからも頑張ってくださいね。」とおっしゃっていました。

## 連載 日日是恋日

高前田 博子さんの

### 「想い出エッセー」

第55話  
秋收め



高前田 博子さん  
『岩手日報随筆賞』  
最優秀賞を受賞。  
零石町在住。

今年の秋收めはなかなか歩く（はかど）らない。猛暑の為に庭や畠の水遣りに時間を費やした。草の退（たくま）しさに圧倒された。十数年ほど前になる。友人の典枝さんは盛岡から二十数キロの道程（みちのり）をものともせず畠によく遊びに来た。スラングスにブラウスの軽装だった。我が家から車で五分ほどで畠が広がっている。畠から岩手山がすぐ目の前にそびえ立ち高倉山、駒ヶ岳まで見渡せる。典枝さんと私はクワの木の丸太のイスに腰かけじっと眺めているのが常だった。橋本八百二の絵を思い出す。日の出の頃の作品だけ

思ひ浮かべるよ」「バルビゾン派?」

私の問い合わせに典枝さんの説明が始まった。「うん。『岩手山の朝陽』ね。私はバルビゾン派の絵を描いたと続けた。彼女は博学多才だ。『ミレーなら知っているよね』典枝さんが聞いかけた。

フランスの絵画の派。村の名前よ。農民画を写実的に描いたと続いた。彼女は博学多才だ。

絵など詳しくない私なのに口を開いた。

「うん。『岩手山の朝陽』ね。私はバルビゾン派の絵を

描いたと続いた。彼女は博学多才だ。

私が問い合わせに典枝さんの説明が始まった。

「うん。『岩手山の朝陽』ね。私はバルビゾン派の絵を

描いたと続いた。彼女は博学多才だ。

# 随时開催 無料体験授業

- 1対1個別指導 40分×1回
- 1対2個別指導 80分×1回
- オンライン家庭教師 40分×1回
- AI学習AxisPLIS 80分×1回
- ロボットプログラミング講座 80分×1回
- ステップアップ講座 40分×1回

## 随时開催

### 無料学習相談

- 目的を達成するために必要な期間はどのくらいか
- 目的を達成するために必要な学習量と費用の目安は
- 学習量を確保するために無駄な時間を削られるか
- 目的は誰の意思なのか
- アドバイスを柔軟に取り入れる姿勢はあるか

## 秋からの通塾と その目的を考える

「とりあえず、塾に通い始める方はいないと思います。目的は何なのか、また現在の取り組み状況と、これからどのくらいの学習量が必要なのかなどを正しく把握することが勉強の第一歩です。」



集団授業の  
**能開センター緑が丘校**  
はコチラから↓  
<https://nokai.jp/iwate>

**能開の個別指導Axis緑が丘校** TEL. 019-664-9285

受付. 火~土 15:00~20:00 担当. 水野



高校生  
中学生  
小学生

店主 中沢 萌さん  
にお聞きしました。



### メニュー表

#### もみほぐし

20分	1,500円 (税込)
40分	3,000円 (税込)
60分	4,000円 (税込)
足つぼ	
20分	2,500円 (税込)
40分	5,000円 (税込)
60分	6,500円 (税込)
オイルマッサージ	
20分	3,500円 (税込)
40分	5,000円 (税込)
60分	7,000円 (税込)

LINE



Instagram

この仕事、「疲れ知らず」です  
自分の都合なども考慮して予約を受け入れる利点もあります。  
ある程度の自由時間が欲しい人にはピッタリの仕事です。  
初めてマッサージを受けた時にすごく気持ちがよかつたので、自分もそれをやつてみたいと思いました。

### 体験して気持ちがよかったです

この仕事、「疲れ知らず」です  
自分の都合なども考慮して予約を受け入れる利点もあります。  
ある程度の自由時間が欲しい人にはピッタリの仕事です。

盛岡市南大通り

隠れ家リラクゼーションサロン



癒吉～YUKI CHI

TEL 090-5988-3927

青森出身です  
15年くらい続けています。独立するに際しては、周りの応援もありました。「疲れない仕事」なので、この仕事は自分の天職だと思います。

### 体に優しくほぐす

昔に比べて今は、スマホやパソコンのような小さな電子機器の操作が多いです。

その前傾姿勢が肩こり等の原因になります。

それをおこなうことで、それを優しくほぐす方法があります。

盛岡市南大通り桜苑ビル（バスセンターから徒歩5分）。

整体士資格を持つ女性セラピスト（猫とビールが好き）による女性専用プライベートサロン。

気になるところを集中的にほぐします。

90分以上のロングのコース、メニューの組み合わせも可能。

完全予約制です。事前にご連絡ください。

※男性のお客様は、当店のご紹介の方のみとさせいただきます。



とにかく、リラックスしてもらいたいです。

### 整体ミニ知識1 「揉み返し」について

施術を受けた後で「揉み返し」という反応が出る場合があります。それは、自力で改善される一歩手前の好転反応と私は捉えています。

### 整体ミニ知識2 「ツボ」について

人体には「ツボ」があります。足裏や耳にも多数のツボがあります。木製の板で出来た「ツボ板」に立って痛むような箇所があれば、そこに対応した臓器が弱っていると思われます。

### 整体ミニ知識3 「オイルマッサージ」について

当店で施術している「オイルマッサージ」は、「撫でるようなマッサージ」ではなくて、結構、圧を掛けるオイルマッサージです。一度、お試しいただければうれしいです。

## 丘の上のショッピング

第111回

隠れ家リラクゼーションサロン 癒吉さん

盛岡市南大通り一丁目



当店のインスタを見てほしい

インスタグラムのストーリーズを利用しています。そこで空き状況もお伝えしています。どれくらいのアクセス数があったかも分かるので便利です。