

こんな方におすすめ

- 疲れがとれない
- 寝つきが悪い
- ストレスを感じる
- リラックスの仕方がわからない

快眠整体でホルモンバランスを調整すると・・・

- 疲れにくくなる
- 30分以内の入眠がしやすくなる
- 自律神経が整う
- 力の抜き方が分かる
(緊張していた事がわかります)

快眠におすすめの食材！

① グリシン（安眠促進ホルモン）



② トリプトファン

(セロトニンの材料)



ナチュラルメディカル

〒945-0042 新潟県柏崎市長浜町1-39

営業時間 月～金 10:00～20:00
土・祝日 9:00～18:00

TEL 0257-21-1625

FAX 0257-47-7211



眠れない・・・
疲れが取れない・・・



ナチュラル式

快眠整体

快眠整体とは・・・

ポキポキしない、痛くない、
「**休むための整体**」です。

ソフトな指圧で全身の緊張を取り除き、身体をリラックス状態にしてから頭蓋骨のズレを戻すことで、ホルモンバランスの調整と自律神経の調整をしていきます。

頭から足の先までの緊張が無くなることで睡眠の質も上がり、疲労がたまりにくい身体になります。

30分 4,000円（税別）



快眠整体の流れ

① カウンセリング



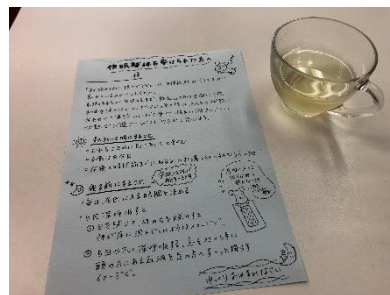
施術の前に、身体や睡眠の悩みなどについて、うかがいます。

② 施術



全身の筋肉をほぐしてから、頭蓋骨調整をしていきます。

③ アドバイス



ハーブティーを飲みながら、快眠の為のワンポイントアドバイスをさせていただきます。

施術担当プロフィール



水野 宏紀

- ・生年月日
1992年1月22日
- ・出身地 新潟県新潟市
- ・資格
JATI-ATI
リラクゼーションセラピスト2級
ナチュラルメディカルカレッジ卒業
- ・趣味
写真を撮ること、映画鑑賞、筋トレ

～オプションメニュー～

頭蓋電気刺激療法

10分 1,000円（税別）

20分 2,000円（税別）

睡眠の質を高めるセロトニンの分泌を促進させる電気療法です。

快眠整体とセットで受けることでさらに深いリラックス効果を感じられます。