

10月のご案内

メニュー名が
変わります

「首・肩が痛い」
「背中が重たい」
選びやすいよう

メニュー名を変えました！

※施術内容・料金はこれまでと変わりません。

【首肩すっきり】

ネッシンケア 60分

首・肩のつらさが気になる方に。
温めた金属スティック「ネッシン」
で、身体をやさしくケアします。

【背中ふわかる】

ネッシン+アロマケア 90分

背中の中の重さをもラクにしたい方に。
全身をネッシンで流しながら、背中をアロマ
ジェルでゆったりケアします。オイルでは
ないので、施術後はべたつきません。
ふわっと軽い背中は、とっても動きやすい!!

セルフケア

気持ちよく動ける秋に

【腰をゆらゆら、全身スッキリ】

朝晩の冷えや気温差で、こわばりやすくなる秋。

腰を中心に、左右へゆらゆらねじる動きです。

気持ちよく動くことで、全身ゆるんでスッキリしていきます!!



- ①肩、腕の力を抜いて ②腰を中心に、ずっと体をねじります
楽に立ちます ふわっと腕が広がり
腰に巻き付くように動きます

大きく動かすよりも
気持ちよ〜くが
ポイント



腰だけでなく
腕、肩回り、背中まで動くと
首や頭もすっきり!!
内側の内臓への刺激にもなります◎

11

-営業日-

通常営業 9:00～最終受付17:00

日	月	火	水	木	金	土
1 通常 営業	2 通常 営業	3 通常 営業	4 休	5 通常 営業	6 通常 営業	7 休
8 通常 営業	9 通常 営業	10 通常 営業	11 休	12 ①	13 通常 営業	14 休
15 通常 営業	16 通常 営業	17 通常 営業	18 休	19 通常 営業	20 通常 営業	21 休
22 通常 営業	23 通常 営業	24 通常 営業	25 休	26 ②	27 通常 営業	28 休
29 通常 営業	30 通常 営業					

お支払いも便利に

スマホ・カード決済に対応



期間内なら
ご利用いただけます☆



アンケート

毎度ご利用ありがとうございます。
Googleマップにご感想をお寄せ
いただけると嬉しいです!



▼ご予約・お申込みはこちら



ふわ かる にこ

- ① 11/12(木) 11:00～15:00 ままこ出張ケア
場所: 自由が丘第3区公民館(宗像市)
未就学児親子のフリースペース内でクイックケア!
② 11/26(木) 福岡市南区出張ケア(大橋駅近く)