

お知り合いの方でお困りの方がおられましたら、お渡し下さい。  
卒業された方も、違和感や不調があればご連絡下さい。

# FREE カラダ 自由な身体へ



健康保険取扱い

## 当院へのアクセス



阪急 西院駅、西京極駅から徒歩 10 分、  
市バス 四条中学前から徒歩 5 分 右京郵便局のとなり

## 西院FREE整骨院

☎ 075-874-5595

予約制

〒615-0052

京都市右京区西院清水町4-2  
サンサーラ中嶋1F

▼ホームページもご覧ください

<http://free-seikotsu.com/>

【LINE からのご予約・お問合せ】



### 友達追加の方法 1

#### QRコードで追加

「友達追加」→「QRコード」と進み  
カメラで下記QRコードを読み込んでください



### 友達追加の方法 2

#### ID検索で追加

「友達追加」→「ID検索」と進み  
「@ekq4689」で検索してください

@ekq4689



友達に追加が完了したら、LINE のメッセージより  
「HPを見たのですが～」とお声かけください。

ご予約の際は

- ・希望のご予約日時（第 3 希望までいただけると予約がスムーズです）
- ・お名前・電話番号・お悩みの症状の 3 点をお送りください。

# コンセプト

当院のコンセプトは、まず、痛みを改善すること。  
そして、「痛みなく動けること」が続くこと。

- ◆しばらくするとまた痛みが出てくる
- ◆趣味やスポーツをするとまた痛みが再発する
- ◆痛みのせいで好きなことが続けられない
- ◆通院してると良いけど、やめるとまた痛む
- ◆とにかく、痛みのせいで、思う存分に動けない方！

とにかく、痛みのせいで、思う存分に動けない方！  
当院は、カラダを『細分化』し、お身体を、痛みのなかった  
以前の状態に戻していきます！  
要するに、再発を予防できます！



## 1 筋肉を二層に分けて施術します。

まずは表層を。これにより肩を上げる、回す、歩きやすい、立ち上がりやすいなどの症状に良い変化が起こります。次に、深層を施術します。これにより、関節可動域が広がります。しゃがむ、正座する、走る、怪我しにくい、さらには、血液循環も高まり、体が軽い、冷えにくい、こむら返りやしびれの改善など、根本的な変化が起こっていきます。

## 2 ストレッチを一緒に取り組みます。

ストレッチする（身体を伸ばす）ことは今や誰もが重要だと感じています。でも、どれをしていいかわからない。「病院や整骨院で具体的な方法を教えてくれない。」などとおっしゃる方が非常に多いです。当院では、痛みがある部位それぞれに、各疾患別にメニューがあり、ご家庭でも取り組めるものをわかりやすく紹介し、「いつ、どこで、何回、何秒する」など具体的に詳しく説明します。さらには、なぜそのストレッチに取り組むかの意味合いや、どこを意識してやっていただくかなど、ご自身で続けやすい方法までお伝えいたします。

## 3 卒業！（通院する必要がなくなる）

最後に、痛みが発生した動作をしていただき、痛みが出なくなったら卒業です。通院を卒業するだけでなく、再発を繰り返すつらい痛みからも卒業していただきます！



# メニュー

## 保険治療（根本原因も保険の範囲で）

当院では、保険をお使いいただけます。

- ※ご来院時には必ず保険証をお持ちください。
- ※一部負担金はケガの状態や負担割合により変わりますので、詳しくはお問い合わせください。
- ※保険証をお忘れの場合は保険の適用ができません。

## 自費治療

(保険適用外)

## 整体治療『根本原因・悪い習慣』も改善してしまいます

詳しい理学評価・動作分析・リハビリ・エクササイズ（トレーニング）など、お客様の状態に合わせ、様々なメニューを組み合わせ、『痛みを克服』させ、カラダの『自由を取り戻す』お手伝いをします。

初回  
限定

通常料金  
~~6,250円~~

3,900円

(事務手数料+衛生材料費込み)

関節  
リセット  
整体

カウンセリング  
保険治療  
ペアストレッチ  
セルフケア  
(※リハビリテーション)  
※おケガ or 手術後の方

40分 整体

6,000

90分 整体

10,000

保険併用も可能です。1,000円割引になりお得になります！

- ★カラダを根本から改善したい！
- ★ゆがみや姿勢を治したい！
- ★後遺症を克服したい！
- ★スポーツでより上位を目指したい！
- ★パフォーマンスを向上したい！

# 施術案内

## 1 身体を細分化し、深部の筋肉やあらゆる関節までアプローチ

私たち人間のカラダは多層構造をしています。そう聞くと難しく感じるかもしれませんが、要はカラダは何層もの筋肉や関節が複雑に組み合わさっているため、表層の筋肉だけへのアプローチでは効果が薄いということです。そのため当院では、表層だけでなく深層の筋肉まで施術を行います。これにより、身体や関節があらゆる方向に動ける本来の状態を取り戻します。そうして「衝撃や負荷に強い本質的なカラダ」を作り上げ、不調の再発しない状態へと導いていきます。

## 2 “動きのケア”により、運動習慣を元に戻す

運動習慣といっても、何かスポーツをしなければならないという意味ではありません。例えば、正しくきれいに歩く。かばわずに動く／しゃがむ。正座する。大股開きする。階段をスムーズに昇り降り／一段飛ばして昇る など。これらの動作は、以前は当たり前に行っていましたよね？「痛いからしない。」のではなく、できるようになるためにもっていく。当たり前に行っていたような動きを、年齢関係なくできるように戻します！

## 3 セルフケアの知識を共有し、自分自身で治せるようになっていただく

未病を発症させない。未病を改善させる。様々な予防の知識を学んでいただけます。ストレッチする（身体を伸ばす）ことは今や誰もが重要だと感じています。でも、どれをしていいかわからない。「病院や整骨院で具体的な方法を教えてくれない。」などおっしゃる方が非常に多いです。当院では、痛みがある部位それぞれに、各疾患別にメニューがあり、ご家庭でも取り組めるものをわかりやすく紹介し、「いつ、どこで、何回、何秒する」など具体的に詳しく説明します。さらには、なぜそのストレッチを取り組むかの意味合いや、どこを意識してやっていただくかなど、ご自身で続けやすい方法までお伝えいたします。近い将来、通院の必要がなくなるように、一緒に取り組んでいきます。



# 治療哲学

「痛みは必ず克服できる。」これが当院の考え方です。痛みは必ずとれます。痛みには個人差があり、生活習慣や今まで放置してきた期間などにより、治る期間に差はありますがどんなにつらい痛みも必ずとれると当院では確信しています。当院では十年來の頭痛、肩こり、腰痛、膝痛、ヘルニア、術後後遺症がよくなったというお客様は珍しいことではありません。

## 「痛みは必ず克服できる。」

当院のお客様のほとんどが口コミで来院され、他の病院や整骨院でよくならなかった方が大勢来院されています。当院では、お客様一人一人に合った治療を責任をもってご提供させていただきます。お客様が笑顔で「痛みが楽になりました！」と言っていた瞬間が一番うれしい時です。お客様皆さまが、健康であることを実感されそして笑顔で毎日をおくっていただけることが願いであり、喜びと感じております。

# 診療時間

お身体のお悩みなんでもご相談ください。

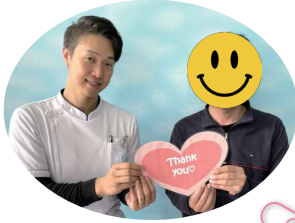
受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 9:00~12:00	●	●	●	休	●	●	休	●
午後 13:30~20:00	●	●	※	休	●	★	休	★

木曜・日曜日 休診

※水曜日午後は 18:00 まで

★土曜・祝日の午後は 18:00 まで

# お客様の声



**非常に  
わかりやすかったです！**

K.Hさん / 50代  
男性 / 会社員

- A①. 左腕にしびれがあり、妻の勧めで足を運びました。  
A②. 清潔感もあり非常に良い雰囲気でした。  
A③. 週1回の通院で約4か月で頸椎ヘルニアが完治しました！  
A④. その都度その都度、現段階の身体の状態を説明していただいたので非常にわかりやすかったです。  
A⑤. 諦めずに続けることが何よりも大事だと思います。

**身体も楽になるし、  
楽しいし、大好きです！！**

A.Tさん / 20代  
女性 / 会社員



- A①. 股関節が痛く歩くと辛かったり、首や肩こりで頭痛があり仕事に集中できなかった。  
A②. 皆さん笑顔で挨拶してくださるし、フレンドリーでここに来るのが毎回楽しみです。いろんなレパートリーの音楽が流れているのもポイントです。  
A③. 痛みもなくなり仕事も生活も楽になりました。  
A④. たまに難しい筋肉の名前も出てきますがそれもおもしろいです。わからないときはわかりやすく理解できるまで説明して下さいます。  
A⑤. すごくアットホームな所で、院長はじめ受付の方や先生皆さんとても良くして下さいます。身体も楽になるし、楽しいし、大好きな所です！！

**症状の改善プラス予防法も  
教えていただけました！**

E.Tさん / 50代  
女性 / 主婦

- A①. 腰が曲がらずズボンの着脱にも困っていた。突然に痛みが出た。  
A②. 明るく挨拶をされる声が聞こえてきて、施術を受けている他の方も先生との会話を楽しんでおられる方が多く、リラックスできて良かった。  
A③. 痛みが無くなり、スムーズに動けるようになった。  
A④. ととても的確に説明していただけたので理解できた。ストレッチも教えていただき感謝しております。  
A⑤. 症状の改善プラス予防法も教えていただけなので、痛み悩んでいるならぜひ相談してみると良いと思います。

**一次的な症状の改善より根治に  
向けての治療を考える方にオススメ！**

30代 / 女性  
看護師

- A①. 首から肩にかけての痛み、だるさ、頭痛。  
A②. 元気が良くて明るい。  
A③. 首・肩の痛みの改善。痛みが長引かなくなった。  
A④. 動画などを使って説明してくれるのでわかりやすい。ストレッチなど一緒に何度も教えてくれるので理解しやすいです。  
A⑤. 一次的な症状改善より根治に向けての治療を考える方にはオススメです。

- Q①. 施術を受けられる前どのような悩みがありましたか？  
Q②. 当院の雰囲気はどうでしたか？  
Q③. 施術されて症状はどのように改善しましたか？  
Q④. 先生の説明はわかりやすかったですか？  
Q⑤. これから当院に来られる患者さんに一言お願いします。



**もっと早く来ればよかった～！  
とてもわかりやすかったです！**

H.Mさん / 30代 / 女性 / 会社員

- A①. 左膝の痛みがありました。  
A②. 院長をはじめとする他の担当の先生方も、笑顔がとっても素敵ですごく良い雰囲気だなと思いました。  
A③. 立ち仕事だったので仕事終わりはふくらはぎ、膝、腰に痛みが出ていましたが、施術はもちろん、家でストレッチ、歩き方、姿勢など正しい方法などを教えていただいたので痛みも和らいでいきました！最終的には仕事終わりでも痛みを感じなくなりました！  
A④. とってもわかりやすかったです！家でストレッチをしていて疑問に思ったことや、歩き方、細かいことまで熱心に教えていただきました！  
A⑤. もっと早く来たらよかった～！！自分に合ったケアの方法、ストレッチの仕方、意識して取り組めば結果はついてきます！先生を信じて頑張ってください～！！

**優しく丁寧に施術してくださり  
悩みも相談しやすい！**

Y.Oさん / 20代 / 女性 / 教師



- A①. 腰の痛み（ギックリ腰）、肩こり  
A②. 優しく丁寧に施術してくださりました。悩みも相談しやすい雰囲気でした。  
A③. とても良くなりました。普段からストレッチすることで、可動域が広がり、症状の出る頻度が少なくなっていました。  
A④. とてもわかりやすかったです。  
A⑤. 良くなれることを心より願っております。

**治していただくのはもちろん、痛くなった理由や  
今後痛くならない方法もわかります！！**

Y.Sさん / 20代 / 男性 / 会社員



- A①. 肩がいたくなり整形外科に行こうかと思いましたが、あまり相手にされなかったことがあり、インターネットで当院を調べたら同じような悩みが書いてあったので通わせていただきました。  
A②. 担当の先生はもちろんのこと、他の先生方もきちんと挨拶していただき、とても気持ち良かったです。  
A③. 身体が楽になり、仕事もしやすくなりました。  
A④. 絵などを使ってもらい、専門用語を使わずわかりやすく説明していただき、この筋肉が凝っているからここが痛くなるなど一つ一つ丁寧に説明していただきました。  
A⑤. 痛い所を的確に治していただけるのはもちろん、痛くなった理由や、今後痛くならないように筋肉を緩めてくれたり、ストレッチの方法など教えていただき、最後までケアしていただけます！！