

☆通うようになったきっかけ

私が眼瞼下垂や体調がよくないことを心配してくださり、坪内さんからモニターとして施術を受けてみないかと声をかけてくださいました。

ずっとめまい・頭痛・胃痛などで悩んでいましたが、施術を受けてみて体調を整えるという発想がなかったのも、是非受けてみたいと思いお願いしました。

☆何度か施術を受け、身体はどう変化したか

施術が終わったら目がシャキッとしていることがすぐ分かり、凝り固まっていた身体がとても軽くなり楽になりました。

施術中に穏やかにお話してくださるので心も落ち着き、身体の具合に合わせて摂取した方がいい食べ物を教えてもらいとても勉強になり、めまいが起こることや胃が痛むことが減ってきました。

☆意識するようになったこと

身体が元気になる食べ物を意識して食べるようになりました。

起きてから元気に活動したいときは坪内さんにオススメされたラジオ体操をするだけで心もスッキリします。

今後も調子が悪いときだけでなく、定期的に通って身体のメンテナンスをしたいです。

身体を整えることで、自分の身体を大事にするということを意識することができるようになりました。

坪内推拿さんではお客さんにとってためになる知識を教えてください、親身になってお話を聞いてくださるので定期的に通いたくなる癒しの場所♪

今では身体が元気になったことにより心にも余裕ができ、新しいことに挑戦したくなりました。

元気な身体に戻していただきありがとうございます(˘▽˘)

