



謹んで新春をお祝い申し上げます。旧年中は感染症対策へのご理解とご協力により、10月1日より来院に関する制限なく、通常通りの診療を行うことができました。

引き続き徹底した感染症対策を行い、皆様が笑顔で健やかに過ごせるよう、誠心誠意を尽くす所存です。本年もスポーツキュアセンターをどうぞよろしくお祈り申し上げます。

太陽の光を浴びよう！

新年の初日の出は見られましたか？太陽の光は人間にとって最高の栄養ともいえる力を持っています。

太陽の光をたくさん浴びて、今年も元気に過ごしましょう！



ビタミンD合成

ビタミンDは血中カルシウム濃度を調整しているため、ビタミンDの欠乏はカルシウムの欠乏を招き、成長障害や骨粗鬆症の進行を促進させます。

体内時計の調整

朝日を浴びると体内時計がリセットされます。セロトニンが分泌されて爽やかな覚醒感を促し、約16時間後にメラトニンと呼ばれる睡眠ホルモンが分泌され安眠に働きます。

※日光浴15分以上推奨

月刊キュア

令和4年1月32号

スポーツキュアセンター
横浜・健志台接骨院

患者さんへのお願い

- ・体調が優れない方、咳や喉の痛みがある場合は来院をお控えください。
- ・来院時から退院時までマスクの着用をお願いいたします。
- ・来院の際には、こまめな手洗いおよび手指消毒をお願いいたします。
- ・来院時に非接触型体温計による検温を行います。

1月の診療について

- ・10日は成人の日のため、祝日診療になります。
- ・31日～2月3日は、大学入試のため休診いたします。
- ・今後の診療状況につきましては、キュアセンターFacebookまたはInstagramにて掲載しておりますのでご確認ください。

◇日曜・祝日の診療について

手技による施術はございませんが、その他の診療は通常診療と同様に柔道整復師が行います。

Follow Me! SNS



Instagram、Facebookで様々な内容をアップいたしますので、是非フォローしてお待ちください！

横浜・健志台キャンパス 3号館1階

TEL : 045-479-6262