

こんにちは。JR新橋駅から徒歩2分、肩こり腰痛はり治療のAcuSta HARI 治療 ROOM です。

先月は大雪で関東地方は大混乱でしたね。被害に遭われた方に心よりお見舞い申し上げます。寒さで家に閉じこもっていた方も多いのではないのでしょうか？季節はそろそろ春ですから、温かい晴れた日には、お散歩などで体を動かしましょう！



## 1分でもぐりわかる 医療費控除の話。

ご存知ですか？AcuSta での治療にかかった費用は医療費控除の対象となります。

### ※医療費控除とは

かかった医療費を申告することで、所得税などの税金を減らす、つまり節税できるという仕組み。

- 病院、はり治療などでの治療費
- 薬代（薬局はもちろんドラッグストアもOK）
- 通院にかかった交通費

などを全て合わせて年間10万円以上になる世帯は、還付金を受け取れる可能性があります。

例として、医療費15万円・年収500万円の場合を右でシミュレーションしてみましょう！※簡易的な計算です。詳しくは国税庁のHPなどで確認してください。

控除されるのは医療費のうち10万円を超えた分なので、まず15万円から10万円を引きます。

$$15\text{万円} - 10\text{万円} = 5\text{万円}$$

この5万円に税率（年収による）をかけます。

$$5\text{万円} \times 20\% = 1\text{万円}$$

→まず、所得税が1万円戻ってきます。

$$5\text{万円} \times 10\% = 5000\text{円}$$

→さらに次年度の住民税が5000円減額になります。申請すると、合計で「1万5000円」節税になる、という計算結果でした♪

ちなみに・・・医療費控除の申請は確定申告とは違い、1年中受付。しかも、5年前までさかのぼって申請が可能です。ためている領収書がある方は、時々見直すと良いことがあるかもしれませんよ^^

### スタッフのぶやき。



↑AcuStaにもウィンタースポーツ好きのスタッフがいます★先日新潟県のスキー場へ行き、ゆるキャラと記念撮影♪



## \* 金メダルとはり治療

先月はソチオリンピックで毎日大盛り上がりでしたね！寝不足が続いた方もいるのでは？さて、世界で活躍するアスリート達にも、はり治療は役立っています。

例えばフィギュアスケートの羽生選手。上半身の筋肉をほぐすためはり治療を受けているそうです。オリンピック本番でも、首や肩甲骨まわりにシール式の鍼を貼り付けて演技。見事、歴代最高得点で金メダルを獲得しましたね！！

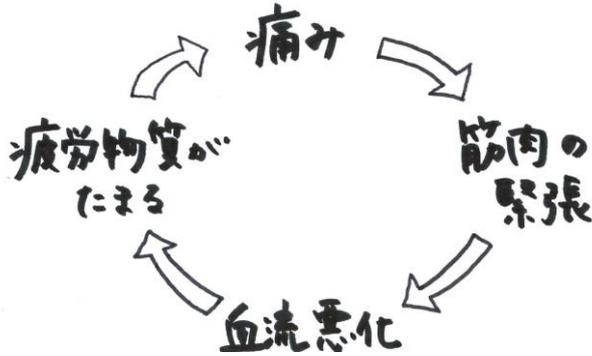
有名選手だけではなくありません。プロ・アマを問わず、沢山のスポーツ選手がコンディショニングやリハビリのためにはり治療を受けています。薬を使わないためドーピング問題もなく、筋肉の深部をしっかり刺激できるはり治療はスポーツと相性が良いのです。

6年後、東京オリンピックのボランティアとしてAcuStaスタッフが参加、なんてこともあるかも？？夢はふくらみます^^

# はり治療 素朴なギモン

くり返し、同じ場所を痛めるのはなぜ？

下の図のような、痛みの悪循環が発生してしまっているためです。



例えば、一度ぎっくり腰になった方が慢性腰痛になり、痛みを繰り返すことがあります。

ぎっくり腰で痛めた筋肉は、緊張して硬くなります。硬い筋肉は血管を圧迫するため血流が悪化。すると酸素や栄養が、十分に筋肉へ行き渡らなくなります。

この状態では疲労が蓄積しやすく、回復も遅くなります。その結果、疲労物質がたまり、再び痛みを引き起こしてしまうのです。

これが痛みの悪循環。デスクワークなど同じ姿勢の多い方が陥りやすい状態です。解消するには、血流を良くすることが大切。はり治療には、血流を良くするだけでなく、鎮痛効果や筋肉をゆるめる作用もあり、痛みを取るには最適な治療法です。痛みを繰り返さないよう、しっかりメンテナンスしましょう！

お気軽にお越しください！



肩こり・腰痛でお困りのご友人に、  
当店をご紹介ください。

マッサージでは届きにくい、身体の奥のガンコなコりに効く…AcuSta はり治療で、皆様の快適な毎日をサポートさせていただきます^^



はり治療専門 AcuSta HARI 治療 ROOM

受付：月～金 12:00～20:30

定休日：土・日・祝

東京都港区新橋 1-15-7 新橋 NF ビル 3 階

アクセス/JR 新橋駅日比谷口から徒歩 2 分

無料キャンペーン実施中！ 詳しくは、HP

(<http://acusta.jp>) または 03-6268-8980

までお気軽にお問い合わせください。

SHOPカードを作りました！！

アキュスタ  
**AcuSta**  
HARI 治療 ROOM

はり治療専門

肩(首)コース…3,000円 腕コース…3,000円 2ヶ所選択…5,000円  
腰コース…3,000円 足コース…3,000円  
※腕コース・足コースは3回目の来店より受けられます

東 → アキュスタ はり治療ルーム  
東京都港区新橋 1-15-7 新橋NFビル3F  
平日/12:00～20:30 土日祝/定休  
03-6268-8980  
HP <http://acusta.jp>

表  
(オレンジ色)  
←

この度、お客様からのお問い合わせが多かったショップカードを作りました★名刺サイズのカードにカラーで店舗情報を記載しております。店舗入り口前に設置しましたので、ご紹介カードと一緒にご利用ください。ご紹介してくださったお客様には、ご来店時にささやかなプレゼントを差し上げております^^