

## マラソンレポート&院内ご報告

### 1. 2015 冬・マラソンチャレンジ報告！

ソフィアマラソン部の果てしなき挑戦は続きます！

今冬はさらに参加レースを増やし、ランニングスピリット全開！

まずは、新年初レース『第 70 回杉並区民ロードレース』（10 キロ）に挑戦！

ぶんと院長、高嶋先生、姫野先生の三人が、善福寺池周回のコースを全力で疾走しました！

そして、1 月 25 日は高嶋先生と姫野先生の二人が『新宿シティハーフマラソン』（21.1 キロ）に参戦！寒すぎずお天気にも恵まれた最高のコンディションの中、新宿の街並みを縦横無尽に駆け巡りました！

さらに 2 月から 4 月まで、「赤羽ハーフマラソン」「東京マラソン 2015」「かつしかふれあい RUN フェスタ」「すぎなみファミリー駅伝」「中野ランニングフェスタ 10km」「横浜マラソン」「板橋 City マラソン」「かすみがうらマラソン」…。数々のマラソン大会に参加予定！

『行動することが変化すること。変化することが進歩すること。』を合言葉に、スタッフ全員、今冬もチャレンジを続けます！

皆様、どうぞ応援よろしくお願ひいたします！



### 2. 東京マラソン 2015 開催！（2月22日）フジテレビ系・朝9時～生放送

世界各国から 35000 人のランナーが集結するワールドワイドなマラソン大会、東京マラソン！ソフィア整骨院からは、ぶんと院長がチャリティーランナーとして参加します！

2 月 14 日に 42 歳の誕生日を迎えるぶんと院長。毎年この東京マラソンを新しい歳の最初の挑戦と位置付けて、自己記録更新目指しトレーニングを積んで参りました。

今年の目標タイムは 3 時間 24 分 55 秒！

さらにシビアになった目標タイムを、果たしてクリアできるのか！？

当日のランナーの位置情報を、大会公式サイト (<http://p.tokyo42195.org/index.html>) からゼッケンカード、または氏名を入力することで、リアルタイムに調べることができます。

古川ぶんと院長のゼッケンカードは **70542** です。

今年もガチンコで挑みます！どうぞご声援のほどよろしくお願ひ致します。

### 3. 自費治療完全予約制のお知らせ

本年2月より自費治療は**完全予約制**になります。

自費治療をご希望の患者様は、事前に受付、もしくはお電話で、日時の御予約をお願いいたします。当日のご予約も承りますが、ご希望の時間に沿えない場合もございます。なるべく早めにご連絡下さい。(ご予約が無い場合、お待ちいただくか、お断りさせていただく場合もございます。)

システム変更に伴い、治療の順番が前後する場合があります。

上記の点、予めご了承くださいませよう、よろしくお願いいたします。

### 4. 永遠のモテな男・高嶋つよし(37歳)の婚活プロジェクト始動!

「今年中に必ず彼女を作る!」

勇ましく宣言をしてから、はや3年。いまだに彼女の出来ない高嶋先生……。

見るに見かねたソフィア婚活塾ぶんと塾長により、ついに“高嶋つよし婚活プロジェクト”が始動した!

2015年は様々な場所での出会いを求めて、「街コン」「婚活パーティー」「婚活バスツアー」の新三大婚活場に参戦予定。

「男は見た目が大事」

まずは第一印象からということで外見力のアップから鍛えております。

幸せな未来を掴むために。頑張れ、我らの高嶋つよし!

### 5. 究極のラーメン探索隊隊長・高嶋先生のラーメン発見伝～東高円寺編～



ラーメン道を極めた高嶋が、お気に入りのラーメン店をご紹介します。

今回ご紹介するのは『博多ラーメンばりこて』

都内最高峰とも言われる、博多とんこつラーメン専門店。

『東京』×『とんこつラーメン』で検索すると、必ず上位に出てきます。有名過ぎて今更のご紹介ですが…。

無駄なものを一切削ぎ落とした、純粹かつ洗練された、100%とんこつラーメン。麺は硬めの細麺!濃厚でクリーミーながら、とんこつラーメン特有の獣臭さの無いスープは、最後まで飲み干せてしまう…。

問答無用で美味しい、最強のとんこつラーメン!おすすめです。

豚骨度★★★★★ 美味さ★★★★★ 替え玉度★★★★★

#### ★大切な人だけ紹介プロジェクト★あなたにとって大切な人だけを紹介して下さい!!

ソフィア整骨院のことは、あなたにとって大切な人にだけ紹介してください。

学生で挨拶のできない子、あなたにとって好ましくない人には紹介しないで下さい。

きっと当院にとっても大切な人にはならないから……。

「めまいも良くなるんだ」…Hさん談 「スタッフ全員がフルマラソン完走者なんです」…Eさん談

随時 ▶ 天下盗り日記(院長ブログ) [http://blog.livedoor.jp/sophia\\_bone\\_setters/](http://blog.livedoor.jp/sophia_bone_setters/)

更新中! ▶ 僕たち愉快的治療家集団(スタッフブログ) <http://ameblo.jp/sophia-bone-setters/>

**休診 木曜日午後/日曜日**

**電話 03-3314-1276**

(祝日は13時まで受付しています)