

受診中の  
皆さまへ



千葉駅前心療内科



不安や緊張を和らげる運動

## こころとからだの オンライン個人セッション

～ ブレインジムなどの運動生理学的アプローチから ～

千葉駅前心療内科では、気持ちの落ち込みや不安感のあるかたにブレインジム等の軽い運動を用いた緊張緩和の提案をしています。症状に応じて自宅で行うための個別メニューを作成し、心身両面からのアプローチにより脳の活性化と早期回復をめざします。



### こころとからだの『ブレインジムケア』

- ・うつ状態、適応障害などによる不安感の解消
- ・肩こり、腰痛、食欲不振などの身体症状緩和
- ・頭痛、息苦しさ、PMSなど自律神経症状軽減



25分 3,300円

- ・不登校や場面緘黙症に対する教育的サポート
- ・学習の遅れや不器用さに対する運動発達支援



40分 3,300円

#### 【ご予約の流れ】

ご希望のQRコードを読取

- ➔ 予約・スケジュール(初回はアカウント登録)
- ➔ +日時を追加 にて カレンダーからご予約/支払
- ➔ 当日用URLがメールが届きます

#### 【当日】

パソコン(カメラ・マイク付き)  
から予約日時にURLにアクセス

➔ Zoomでセッション



当クリニックにて思春期外来・運動発達支援を担当する  
教育コンサルタントの今道久恵氏と連携し運動による心身のケアを  
オンラインにて受けることが出来るようになりました

お問合せ先

(有)ジニアスラブ  
045-530-7115



Web・Mail

<https://geniuslove.co.jp>  
[info@geniuslove.co.jp](mailto:info@geniuslove.co.jp)