

ながた整体院便り

2017年 7月号

空梅雨から一転、ムシムシの天気になって来ました。
皆様いかがお過ごしでしょうか？
間もなく夏本番を迎えます。
暑さに負けない体力をつけていきましょう。
十分な水分補給やたっぷりの睡眠も心がけたいものです。

当院は一人ひとりのお客様に真剣に対応させていただくため、
完全予約制とさせて頂いております。
ご予約はお電話にてお願いいたします！



ながた整体院
愛知県長久手市香桶1420番地 院長 永田淳士
TEL : 0561-63-2335
HP : <http://www.nagata-seitai.com>

キャベツ♥卵オムレツ!!

- ・キャベツ 250g
- ・卵 3〜4コ
- ・しお、コショウ 適量
- ・オリーブ油

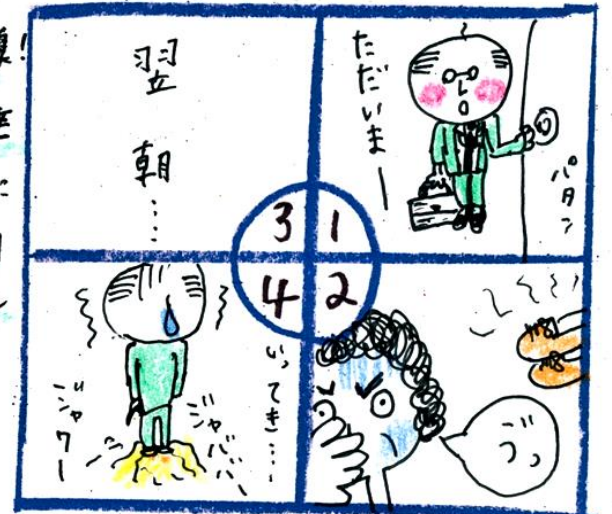
- ① キャベツを千切り!!
大きめのボウルに卵をとい、
塩・コショウ! キャベツを加えて
よく混ぜる!
- ② フッキングペーパーをひいて、
①を入れ、少し火炙りしてからフタを
して弱火で5分やく。
- ③ 火をとめて、返して中火で1分
フタをして5分やく♡



《知ってる??》

生ゴミの臭い

いやな生ゴミの臭いを一発消臭!
なんと生ゴミの上に酢を2〜3滴垂
らすだけ!! 酢の成分の酢酸に
は、臭いニオイ成分を弱める作用
が!! 生ゴミの悪臭は、ほんの少し
の酢でほとんど消える!!?
さ、そく試してみよう♡



なぜ? ？
なぜ? ？

Q 1枚だときれいなたぐいだときれい!!
な〜んだ!!!

A たぐいのと300♡♡

日本全国紙杯

岐阜県 海津市 水の湯 ¥510

600g以上で¥500以下!!
ジメジメも 温泉で サッパリ!!!
目の黒南温 道の馬場
ひのき風呂!! 絶景! パラダイズ!!

南濃みかんソフト! 100円 足湯!!
海津温泉

25の浴槽をおたのしみあれ!!

0584-58-0258 0584-54-5220