

ながた整体院便り

2017年 8月号

8月になりました。いよいよ夏本番です。
暑い毎日いかがお過ごしでしょうか？
外出の時だけでなく、水分補給を忘れないください。
一緒に塩分も補給したいですね。
お漬物や梅干を食べると良いそうです。
暑い夏を楽しみながら、乗り切っていけるといいですね。

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>

オクラとえのきの一品もの!!

材料

- ・えのき 1/2袋
- ・オクラ 2本
- ・ぽん酢 大1
- ・ごま油 大1/2
- ・かつおだし 適量

1. 食べやすい大きさにカットして、耐熱容器にラップをふんわりかぶせる。ぽん酢、ごま油を入れる。
2. 600Wのレンジで2分チン!!
3. かつおだしを入れる!!

日本全国紙杯

滋賀県竹生島

琵琶湖に浮かぶ パークスポット!!
竹生島神社 2

↑ ごはんは長浜駅 近くの絶品 ラーメンを!!!
白湯スープ♡♡♡

麺屋 號 十の十 (コテツ)

8/7 童子迎いの神事
申し込みをした人は
神事船にのって
お願い事を... * * *

TEL 0749(72)2073

《知ってる??》 あくびを止める!!!

脳の酸欠状態は、血行不良によって引き起こされるので、血液をスムーズに流れるようにあげれば万事OK!
血液循環を良くする急場の対処には、水分補給が一番!
さらに、普通の水よりスポーツドリンクがいい! おためしあれ~!
ちなみに、私は鼻骨をギョッとすると...

あくびが止まらない!!	Happy!! Wedding!!
3 1	?
4 2	?

なぜ? ？なぜ? ？

Q 羽もはじもプロペラもないのに空にのぼっていくのは何???

A 相方のちかきにあるよ!!