

ながた整体院便り

2018年 8月号

8月になりました。もうすでに、夏真っ盛りですね！！
毎日、毎日暑い日が続いています。
皆様いかがお過ごしでしょうか？
今年の暑さは異常です。
水分補給、塩分を摂ることも忘れないようにしましょう。
頑張って夏を乗り切っていきましょう！！



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>

とまとと糸内豆でさっぱり うまいっ!!

材料

- ・糸内豆 1パック
- ・トマト 1/2コ
- ・ポン酢 大1/2
- ・オリーブオイル 各小1
- ・ごま油
- ・塩・白ごま・粒 少々

- ① 糸内豆をよく混ぜて、オリーブオイルとごま油を入れる
- ② 角切りにしたトマトとポン酢も入れ和え、塩を入れ味をととのえる。
- ③ 器に盛りつけ、白ごまとねぎを散らし、できあがり～♡

《知ってる??》 キュウリ～

昔は、きゅうりのことを
木瓜 又は 黄瓜 と言っていた。
漢字の通り、昔は完熟し黄色く
から食べており完熟したキュウリは苦味
が出てしまう。そのため、徳川光圀
(水戸黄門)は「その苦味のあるきゅう
を「毒多くして能無し。植えるべからず。
食べるべからず」とったそうなの～♡

「熟し」 キュウリも	「熟し」 バナナは、やっぱり
「熟し」 え～	「熟し」 メロンも
「熟し」 女も	「熟し」 ＃

なぞ? なぞ?

Q 3mのくさりにライオンがっながられています。
そのライオンは何m失までの草を食べる事が
できるでしょうか?
A こたえは トマトのところだよ!

日本全国旅行

長野県 阿智村

「日本一の星空」と
出会う方々!!!

0265-44-2311

「365日やっている!!
ふれあい朝市」 0265-43-2631

0265-43-3434