

ずいぶん涼しくなりました。あんなに暑い夏から、きちんと秋がきました。半袖のシャツが急に長袖になり、小々寂しい気もいたします。秋の夜長を楽しむ季節ですが、何度も来る台風に心配がつのります、大きな災難にならないといいのですが。10月毎年リバースはお楽しみの多い季節です。秋の健康祭り 風水フェアと楽しく過ごしたいと思います。皆様、お寄りくださいませ。来月、紅葉の季節の、11月3日丹波マラソンに応援に行きます。



人参クラブも7年を迎えました。  
皆さんここで、知り合いここで、友人になり、  
しばらく会わないと、「どうしてる」と互いに気使  
う仲になってきました。  
12回×7年ですから、かなりの回数です。  
楽しみに又リバースも支えていただき感謝です。リ  
ラックスした感じがうれしいですね。  
今月は糖尿病についてのお勉強でした。(裏参照)



## 今月の人参君

いつもお世話になります。  
高麗人参を吸收15倍にした天寿参といいます  
15倍 高麗人参100本食して従来は5本の吸収が75本  
分吸収できると例えたらいいでしょうか。



mondoselection  
受賞の優れものです

素晴らしい！！！！

tel075-925-7501



雨と台風が多いので体調もいま  
いちになりやすく。辛い季節ですね。  
身体を温めて代謝をよくいたしま  
しょう

テレビでお灸を紹介する番組があ  
つたそうです。いろんな方からお聞  
きいたしました。

昔、お年寄りがしていたお灸のイ  
メージですが、なかなか、どころか大  
した力を持つています。

秋も深まり冷えがつらい季節にな  
ります。

市販でいろいろなお灸が出でいま  
す。

試してみるのもいいですね。

## 10月お知らせ 10月10日(水)～11日(木)

### 秋の健康祭り

西大路花屋町東 中小企業会館 805  
2日間はここにあります。

### 10月18日(木)人参クラブ

10月21日(日)～22日(月)  
風水晶フェア  
まだ予約していただけます。