

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)



狭いので講演会の間も皆さんの前をうろうろ

## 今月の人参君

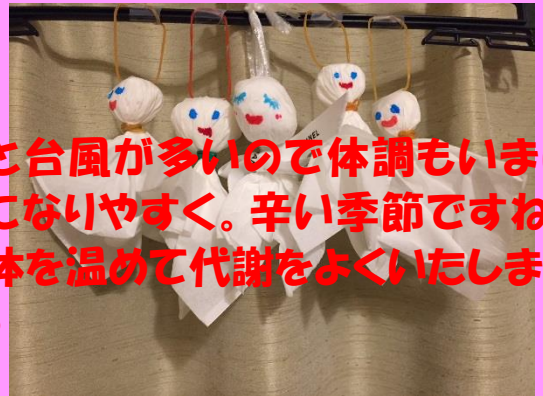
いつもお世話になります。  
高麗人参を吸収15倍にした天寿参といいます  
15倍 高麗人参100本食して従来は5本の吸収が75本分吸収できると例えたらいいでしょうか。



モンドセレクション  
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ったそうです。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っています。  
秋も深まり冷えが辛い季節になります。  
市販でいろいろなお灸が出ています。  
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日間はこちらにあります。

10月18日(木)人参クラブ

10月21日(日)～22日(月)

### 風水水晶フェア

まだ予約していただけます。