

いつもありがとうございます。過ごしやすい季節を迎え、満月の美しい10月の始まりでした。
お店の帰り道、町内の方がお月見をしておられました。
「綺麗やね〜」「こんな時間も久しぶり」
まだまだ続く者間距離とマスク生活。
でも、心は近くにいつも寄り添いたいですね。

難しい環境の中で活動される皆様の安全と被災地の早い復旧を心からお祈りいたします。

心と身体の健康の為に生活を整える

自粛で、ジーとしていたらいつの間にか、体力がおちたような気がする。

夏の疲れが出てきたのか、なんとなく元気が出ない。

腰が痛い。あちこちに痛みが。足がつる。いろいろ。

自己管理は、本当に難しいですね。

巡りをよくする高麗人参をコツコツ毎日の生活に取り入れてみてください。暑い時期は飲む回数が減る？とおもいますが、本腰を入れて飲み直す気持ちで、「どんな時も前を向く。」やる気 元気の源です。



いろいろな種類
ができました

最近のリバース



実りの秋
店前のオリーブの木も
実を付けました。豊作



日の入りが早くなりま
したね。夕方店に一人
でいると寂しい感じに
なります。



椅子を張替えに出して
います。10年使いまし
たらボロボロ。

今月は大忙しです！皆様よろしくお願ひいたします

10月15日(木)人參クラブ (リモート)

藤原美智子さんに学ぶ健康生活講座

11時から14時頃まで：参加費¥300

10月17日(土)から19日(月)アイビー宝飾展

京都 みやこめっせ 会場地下

リバースもブースを出します

3日間もおりますので是非お立ち寄り下さい。

10月26日(月)男女美セルフエステ講習会

午前 午後の部 予約制¥500

母娘参加 大歓迎！綺麗になって嬉しい！

10月30日～31日(金)(土)パースストーンフェア

脇田先生風水鑑定フェア この時を逃さない！

お待ちしております。

ご予約
を優先
させて
いただ
いてお
ります