



春の宵の素晴らしさは、ひと時が千金にも値する。

花は清らかな香りが漂い、月はおぼろに霞んでいる。。。 蘇軾 詩人
春は特別な季節ですね。このひと時を堪能したいものです。

コロナの最中でありますので、静かに時が過ぎますが、日常を丁寧に暮らす大切さを学びます。4月もお世話になりました。キラキラ輝くミニアイビー展、足を運んでくださり感謝いたします。

花より団子のリバーズスタッフですが、皆様のお役に立つ事を喜びにしております。今月もお元気にお過ごしください。

こまめに手洗い！こまめにマスク！こまめに天寿参！どんな時も前を向く！天寿参を健康の土台作りにお役立て下さい！



丹精込めたお花を、たくさんリバーズにお持ち下さいました。元気モリモリのパンジ、桜草、花の名前がわからない、勉強しておきます
すんばらしい〜と皆で感動いたしました。ありがとうございます。💖

最近の人参クラブ： みな様お待ちしていますよ。



コロナで本当に大変ですが、皆様、変わらずご参加ありがとうございます。10名様ほどで、換気とマスク着用で開催しています。心配は、まだまだ続きますね
自己免疫を強くしておきましょう！よく寝てよく運動することも大切ですね。

4月お誕生日の風景
5月お誕生日を迎えられる方お待ちしております

心と身体の健康の為に暮らしを整える

4月に誰にも聞かれてないけれどお伝えいたしました、「魔法の言葉」いかがでしたでしょうか、私に「ありがとう」をお伝えされましたか？今月は母の日 来月は父の日があります。そんな時だけでもご自身にありがとうを伝えて見るのもいいかと思ひます。魔法の言葉です。

「〇〇さんありがとう」自分の名前にさん付けしてくださいね。
身体が感動いたします。

藤原美知子さんに学ぶ健康生活講座より

5月お知らせ



飲みやすい青汁をお店でサンプリングしていただけます。カルシウム、マグネシウム、鉄、2000億個の植物型ナノ型乳酸菌がお腹を守ります。¥4104

割引中 ¥3078

5月13日(木)

人参クラブ

藤原美知子さんに学ぶ健康生活講座

11時～14時頃まで

夏の季節病

(紫外線養生)

丸ごと夏スープを作ります

参加費 ¥300

5月13日(木)

男女美お手入会

TAMARIBA カフェ

堀川北大路 8

13時～15時

参加費 ¥500

5月17日(月)

リバーズ

11時～16時頃

男女美お手入会と

井上学さんの

健康血流測定会

健康チェックに来てね