

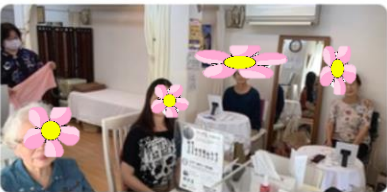
新年あけましておめでとうございます。お正月も終わり、毎日の生活に戻りますね。今年も希望と夢を持ち続けて、皆様のお役に立てるようにとリバース頑張ります。表の看板も金子イラストレーター？が新年使用に書き換えてくれています。正月用に大きな南天をテーブルにおきましたら常識人の横関にあきれられて、でも気にいっている様子。それ見て明るい声の松原が赤いエプロン姿で笑う様子が目に浮かびます。昨年突然アフロヘアーになった中村整体師、頭、温いわ〜で、今年も被るのかな？とにかく集まれば賑やかなリバース、今年も昨年以上に皆様と楽しく生活して行きたいです。本年も宜しくお願いいたします。



### 昨年の人参クラブ 常連さん大募集！

男女美 お肌  
お手入会  
セルフエステ  
を学ぶ  
担当：  
坂口妙子さん

12月  
藤原美知子さんも生で  
お会いできて  
1年ぶり〜と懐かし  
い。皆様10年のお付  
き合いリモートでもし  
っかり繋がります。



### 心と身体 の健康の為に生活を整える

寒い朝がつらいですね。なかなか お布団から抜けられないでいます。

でも、やっぱり、よいしょ！と掛け声をかけて。

寒いですが窓を開けて少し空気の入替えをしています。

先日 人参クラブ常連さんのお宅におじゃましました。

マンション上階で見晴らしがよいお宅でした。

「朝起きたら毎日ベランダに出て、新しい一日を感謝しながら、

朝日に向かい今日も宜しくお願いいたします。と挨拶するのよ、と寝る時は私にありがとう！と声をかけて一日を終わるの。」

素晴らしい〜♪

毎日の生活が私の健康を作ります。

健康であること自体が奇跡のような環境の毎日です  
どうぞ この一年もお元気に過ごしてください。

これから寒くなり  
ますね。❄️  
工夫がいきます。



### 2022 年 1 月



お湯で割って  
お召し上がりください

寒いこの季節

61 種類の野草原酵  
素に天寿参とリンゴ  
酢が入りました。ぽ  
かぽか成分ヒッツ入  
りです。¥5940

今月 25%OFF

### 人参クラブ

藤原美知子さんに学  
ぶ健康生活講座

1月27日(木)

11時〜14時頃迄

参加費 ¥300

テーマ「冬の睡眠」

### 男女美お手入会

坂口妙子さんに  
セルフエステを学ぶ

お肌のお手入れあきら  
めていませんか？

毎日のお手入れで素肌  
に元気を取り戻しまし  
ょう！

① 11時 ② 13時

参加費 ¥500

※メイク用品は持参  
ください。

### 2月1日(火)

脇田青龍先生  
の新春開運講演会

10時半〜16時

四條烏丸ウイングス

¥1000 詳細は

別紙 参考下さい