

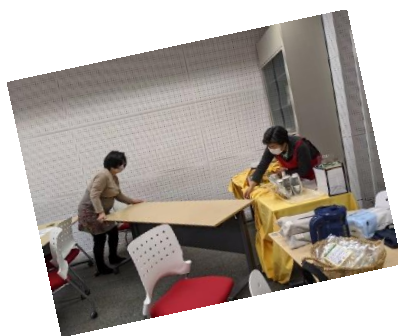
もう早くも節分を迎え 2 月に入りました。心、忙しい事が多く忘れていました恵方巻。絶対に忘れてはいけない恵方巻 (笑)。一年の幸を信じて家族みんな恵方巻、どこの誰が始めたかそんな事は気にせず恵方巻、家族みんな無言でむしゃむしゃ、楽しいですね。心のわだかまりを吐き出すように恵方巻、むしゃむしゃパクパク。心の鬼を追い出そう！
明日からも幸せに生きるために。



ハートを
ブンブン飛ばし
てみました！❤️



今月も常連さん大募集！



いつも皆様ありがとうございます。準備と片付け皆様にお手伝いいただき、いつも感謝しております。会場に行っては、**出したり入れたり出したり入れたり**、本当にその繰り返しですが、毎月毎月を楽しみにしていただきとてもうれしく思います。リバースは力持ち一人とアイデアマン一人と慎重派一人と、アシスト一人と。なかなかいいコンビネーションかと考えております。多大なご迷惑も多くありますが((´▽`))って？許していただいて。ほんとに<m(_)_m>

心と身体の健康の為に生活を整える

春の陽気を少しずつ感じますが、毎日はまだまだ寒いですね。なかなか布団から抜け出せないのも事実。裏面の健康デザインを参考下さい。春に向けて体力を蓄える 2 月、冬は早寝して寝坊するくらいで調度よい。
無理せずに体力を蓄える季節、とあります。
春からに向けて、よく体力をキープいたしましょう。
眠れない方も気楽に横になりながら
体力温存。



2月お知らせ



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。ぽかぽか成分ヒハツ入りです。¥5940

今月も25%OFF

人参クラブ
藤原美知子さんに学ぶ
健康生活講座
2月24日「木」
11時～14時頃
冬の季節病3
軽食付き
参加費¥300

男女美お手入会
坂口妙子さんに
セルフエステを学ぶ

2月21日(月)
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時半
参加費¥500
※メイク用品は持参ください。