

マッコウの食べ歩き：スマイル食堂



ランチ500円！ ドリンク付き

うるま市勝連平敷屋のガソリンスタンドの後ろにある食堂！
地元の食材を使った料理を提供しています。というだけあって野菜がシャキシャキしていて歯ごたえも良くおいしいです。
しかも！食後にコーヒーとか付いてます！
営業時間がよくわからないので電話してから行った方がいいかもしれません。

お店の雰囲気は食堂というより、カフェ的でちょっとおしゃれな雰囲気でしたよ^^

住所：沖縄県うるま市勝連平敷屋430番地2 TEL:098-989-5002 休日：？ 時間？

平成25年はもっとワクワク！

私は120歳までワクワク楽しみ生きたいと思い、感性を磨くために色々挑戦中です。

平成25年度はその挑戦して学んできた事を無料または格安でシェアしていきたいと思っています。

マッコウが学んでるもの♪

アロマセラピー、カラーセラピー、心理カウンセラー、筆文字(遊書)、速読、太極拳、きじポ作成、ジョギングなど、25年度にはネイチャーゲームリーダーも学んできま～す♪ 格闘技もしたい^^

ネイチャーゲームは自然に触れ 聴いて 観て 香りを感じ楽しんでいきます。

はだしで地面(芝生、土、泥)の感じの差を体感したり、自然にある植物の香りを比べたり、木の脈動を感じたりなど、サイトの情報では「自然への気づき」とは、五感で自然を感じ、心と体で直接自然を体験することによって、自然と自分が、一体であることに気づくことです。」とあります^^。私にピッタリ！

詳しくはインターネットで「ネイチャーゲーム」で検索するとありますよ～！

これらの情報は院内に掲示するかメルマガに書いていきますね～！

フキ肩こり整体講習！

場所：(仮)不思議整体うるまカイロ

時間：

18:00～19:30

日時

2月3日 日曜日

申し込み・問い合わせ先

電話番号：080-1545-5637

メールアドレス：matsukou@urumachiro.com

人数

小人数の限定6名

料金

1000円

持ち物

必要なら筆記用具

服装

動きやすい格好でお願いします。



こんな皆様へお奨めです！

- ・家族や知人を癒してあげたい。
- ・整体に興味がある。
- ・整体技術を習おうか迷っている。
- ・なぜ、体にいいのかわを知りたい。
- ・家族に整体受けて欲しいけど行かない方がいる。

どんな事をするの？

- ・筋肉の付き方
- ・体の使い方
- ・整体方法
- ・禁忌事項など

テキストあり

- ・家で復習する時にご利用ください。



好評で～す！ 申し込みはお早めに～！