

## マッコウの食べ歩き：月に1回だけ営業するパン屋

屋慶名の大通りに1年前からできているけど、営業しているのをほとんど見ないレアなパン屋に潜入してきました。

どうも毎月第一日曜日のみ営業しているようです。

私が入った時間は午後4時頃でしたが、まだ10種類ほどありました。

クルミパンとバターパンをゲット。

パンは、全粒粉100%を使用しているそうです。

バターパンは、白っぽいから全粒粉ではないのか？？

全粒粉なので癖があるかと期待してましたが普通に美味しかった。



## 気を感じて健康に生かす気功講習（気で痛みをとる！）

**場所:** 不思議整体うるまカイロ

**時間:** 17:00～ 2時間程度

**日時:** 毎月第四日曜日  
予約は、お早めに！  
1ヶ月前から入れた  
方がいいです。

**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** 2名さまより予約可。(6名まで)

**料金** 3000円(当院利用者は500円割引。)

**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！

- ・気功に興味がある人。
- ・体の不調をいちはやく気づきたい人。
- ・痛みを自分でも良くしたい人。
- ・健康長寿を目指してる人。
- ・長生きしたい人。

どんな事をするの？

気を感じれるようになり、痛み和らげるようになる。

ワーク内容

- ・気を感じやすくなるための練功
- ・痛みをとる練功
- ・気を送り合って自分との違いを確認する。

アンケート結果「痛みをとる気功講習会」インターネットで検索

女性（痛み:10段階評価）3から講座終了後1へ

他の人の気を感じることができて良かった。家でも子供にやってみたいと思う。

女性（痛み:10段階評価）7から講座終了後4へ

少しですが、気の違いを感じる事ができました。

講習前の膝の痛みが軽くなっていたので、びっくりしています。

女性（痛み:10段階評価）7から講座終了後2へ

心が落ち着く点が良かったと思います。

