

キジポ～の好物
魚の左目



不思議整体 うるまカイロの

第43号
(21年-2号)

きじポ～新聞

ワクワク楽しい!ハピハピ過ごせる!!情報を発信!!

ホームページ:「うるまカイロ」で検索 電話:080-1545-5637



まっこうのつぶやき



こんにちわ～!ハピワク♪を模索中の松野です^^

緊急事態宣言に再度の突入。

インド由来の変異株も日本上陸で7月には、それが占めるようになるようです。けど、インド株だから致死率が高いという話はあるものの、立証はされていないみたいで、情報番組のあおりであってほしいものです。

私事では緊急事態宣言がでることで、スポーツ医学検定1級試験は延期で航空チケットやホテルをキャンセルすることになり、手数料は返ってこず。

出場予定のマスターズ陸上も延期。

まあ、オーバーワークで膝に水がたまってしまったので、結果延期で良かったんですけどね。こんな感じなので、なかなか気分がのりません。

無理に調子をあげようとするのも、空回りしそうなので、最近はおケ気味です。



みそら1才半。
めざせ!
1才逆上がり!
さすがに無理か。。

病は気から!「ストレスは万病の元」

これからのストレスレスな生活のためにお役立てください。

お客さまを健康へ導くのが私の仕事ですが、まずは、自分が健康にならないとお客さまを健康にすることはできません。

健康でなければ説得力はかけますし、そして、サービスがおろそかになります。

これまで色々試していますが、生活をどう楽しむか?が大事だと思っています。

このきじポ～新聞では、健康なことを試してみた結果や実践していることをお伝えします。

今回のテーマ。

- ◎生きていさえいればどうにかなる。
- ◎栄養バランス

