

キジポ～の好物  
魚の左目



**不思議整体** うるまカイロの

第44号  
(21年-3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^^

「コロナワクチン2回目摂取終了。」

注射翌日は、若い人ほど副作用が強く、熱が39度ほどでると聞き、仕事は休みにしていたのですが、翌日に出た副作用は腕の痛みと少しのダルさだけ。

おかしい。。。若いと思っていたのに。。。

「8000円支払ったマスターズ陸上が中止。」

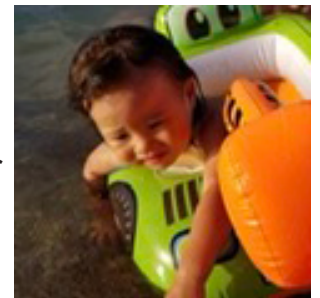
中止にはならないだろうと予測して払ったのに当てが外れた。。。

申し込み料金は、8000円のTシャツへと変わりました。

まあ、中止とわかるまで気持ち入れて練習できていたので、

「まったく無駄でもない!」

と言いつけてます。。。2年も大会がないとモチベーションはガタ落ち。これからどうしよう。。



みそら 1才9ヶ月  
初めての海水浴

## 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。

◎やる気がない時からの復活。

◎睡眠

