

キジポ～の好物
魚の左目

不思議整体 うるまカイロの

第50号
(23年-1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^^

最近、物騒な事件が起きて怖いです。

家に押し入り、「金を出せっ!」、それに応じないと暴行加えて殺人って!

また、SNSで誹謗中傷やいやがらせ動画の犯罪也多発してますね。

本人は、ほんの遊びと思っているのかもしれませんが、お店が迷惑する

と予想できないのか。まあ、できないから(ちょっとした脳の機能障害)そうしちゃうんでしょーけど。

だからと言って、ごめんさないでは許されません。



話しを変えて、最近3歳なったばかりの娘ですが、スポーツに対して「できない」、「嫌い」って考えるようになる前にと、ちっちゃい大会(海洋博の3, 5km)に出場させたら43分で完走!

意外にペースが早くビックリですが、途中マンホールを直視したり、設置してある風車に夢中になったりしなければ、もうちょっと早く走れたかも! 次は制限時間のあるあやはしまラソン(3.8km)に挑戦!

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。

◎「自省録」で一緒に反省?してみた。

◎「治りますか?」という質問。

