



# 純ちゃんの元気便り



No.35号

H31年1月号

吉田薬品

TEL0735-31-7039

**迎春** 今年もよろしくお願ひ致します！

今年の5月1日から新天皇の元、元号も変わり平成最後の年になりますね！

昨年を振り返っていかがでしたでしょうか？

1年を振り返ってみてお世話になった方との別れや悲しみもありました。

昨年は何かと慌ただしい1年でした。

親として、元気な時にお嫁さんに息子の未来を託すバトンタッチが無事にできてホッとしています。

(\*^。^\*)



12月初頭には三輪崎婦人防火クラブの夜間パトロール、【火の用心】で、2日間回りました。

久しぶりに皆で歩いて路地や車の入れない所を回りました。拍子木を打ち鳴らして

「火の元に気をつけましょう！」「火の用心！」とマイクで言っていたら

地域の方々に「ご苦労さん」と声かけして頂き、元気が出ました！

只今、会員募集中です。一緒に活動しましょうね～



年の初めは菩提寺（龍雲寺）の除夜の鐘つきで1年の幕明けです。

今年で1年、歳は大きくなりますが新たなスタートの年、

頑張って精進していきたいです！

今年も変わらず大阪、和歌山の勉強会への参加が多くなります。土曜の夜間セミナーにも参加したいと思しますので、土曜日が休みになっていることもございますので、遠方の方は、確認の上ご来店くださいませ。子宝相談、アトピー相談《無料》お手当実施中！健康の為の食育相談実施中！

ガンや認知症が増えています。糖尿病から透析になる方も多いです。アレルギーやアトピーはめちゃ多いです。核家族が増えているので、ぴんぴんコロリと旅立てるように、健康寿命をのばせるお手伝い出来るように頑張ります。それには、毎日の食生活が大切です。

牡蠣のバランスターの講師の「中戸川 貢」先生の「安心安全の食とは～」の講演会にもぜひ参加していきたいと思えます。3月には牡蠣の会社の工場見学にも行ってきます。

中戸川先生は、毎日使う調味料っていいものを使わないと蓄積されるよって言われます。

でも、毎日ずっと無農薬、無化学肥料、添加物なしの野菜で、いつも手作りばかりとはいきませんよね～ストレスをためないことが大事です！外食、中食したらしっかり「解毒」して毒素や老廃物をためこまないことですね。大高酵素のクオリ酵素華やバイオリンク、たんぽぽ茶でしっかり解毒して便やおしっこから身体に不要なものをしっかり出していきましょうね。

**次回の「酵素料理教室」は3月12日（火）11時から～参加費無料です。ご予約下さい！**