



こんにちは！少し寒くなりましたが日中はまだまだ温かく過ごしやすい毎日ですね。
12月（師走）に入り今年もあとひと月足らずです。

今年を振り返って2020年はあなたにとってどんな年だったでしょうか？

そして2021年はどんな年にしたいでしょうか！あなたは夢を持っていますか？

夢に向かってチャレンジ出来たら素敵ですね！大きな夢？小さな夢？もっと健康
になりたい、もっとキレイになりたい、ダイエットしたいなども良いですね！



今、ある先生のオンラインセミナーを受けています（半年間毎日実践、毎月セミナー）

毎日の報告、リーダーとしてのまとめ報告を毎日1か月間、決められた時間までのFB投稿により
継続は力なり！やれば出来る自信につながります。2020年はコロナで大変だったけど自分なりに

目的や目標をもってやってこれたことに感謝！多くの皆様方のお力添えも
あり、助けられてきたことにも感謝。2021年に向かって目標を持ってゆっ
くりでも良い！歩んでいきたいと思えます。あなたは来年どんな目標を持
ち、どんな夢を叶えたいですか？



「勇気の言葉手帳」への記入、開始しました。

浅川塾セミナーにより頑張っている方に刺激を受ける→自分も頑張る！1年を振り返りコロナの
為、大阪とか行かなくて済み、パソコンによるZOOM（ズーム）オンラインセミナーになったので
時間が助かりました！来年はもう少し健康情報をしっかり発信して行きたいです！

さて師走というと三輪崎婦人防火クラブの毎年恒例の夜回り
です！今年はコロナの為、車を使わず歩きで町内を「火の用
心！」「カチカチ」とパトロールしました。

また来年、途中であった時はお声かけ下さいね。



あなたのお野菜が足りているかがチェック出来ます！

無料測定！

計測器は高額なので1日レンタル、2021年1月8日、10時から午後1時までの3時間だけ借用で
きます。1日のレンタル料も高額なのでぜひ簡単20秒チェック出来るので多くの方々のご参加を
お待ちしております！販売は一切しません。当日は測定のみです。＜吉田薬品、店内にて実施＞

「ベジチェック」
始めましょう

