

体のバランス矯正院、  
略してからバラ!

# からバラ わくわく新聞

秋号

発行：体のバランス矯正院 TEL 0562-32-1242  
〒477-0031 東海市大田町後田212-2 太田川ビル1F

## 今月10月の占い

- 12月生まれ 秋の収穫体験などで、自然の恵みを体で感じて。
- 11月生まれ ネットや雑誌で美味しい料理の情報をいち早くゲット
- 10月生まれ 食欲の秋。美味しい料理で会話がはずむ♪
- 9月生まれ お出掛けのスケジュールは、直感で決めてみて。
- 8月生まれ 山菜採り、紅葉狩りなど、山でゆっくりと秋を満喫して。
- 7月生まれ 家族や友人と楽しいスポーツにチャレンジを。
- 6月生まれ 知識を深める時。遊びよりも学びの時間を増やして。
- 5月生まれ 周りに振り回されやすい時。しっかりと自分を持つて。
- 4月生まれ 安物買いの銭失いにならないよう、よく考えて買い物。
- 3月生まれ 卒にはまらないこと。臨機応変、状況に合った行動を。
- 2月生まれ たまには時間を気にせず、のんびり読書をしてみて。
- 1月生まれ ボランテアや文化的なことに積極的にチャレンジ!

## 今月11月の占い

- 12月生まれ 急な冷え込みで体調を崩そう。暖かい食事をして。
- 11月生まれ 転職希望の人は、仕事の枠や幅を広げて探してみ。
- 10月生まれ アイディアは、細部より大枠を見て探すとひらめく。
- 9月生まれ 山里で、自然の恵みやグルメで体を満たしてみ。
- 8月生まれ 分の意見は、十分に考えて! 優柔不断になりやすい時。自分
- 7月生まれ 健康は良く噛むことから。口腔の悪い所は早めに治して。
- 6月生まれ イメージチェンジの時。赤系の色を上手く取り入れて。
- 5月生まれ 迷ったら、直感に任せてみる。こと。良い方向に進む。
- 4月生まれ 晴れた日は、外に出掛けて日光浴でリフレッシュを。
- 3月生まれ 口は災いの元。話の根拠を見極めてから発言して。
- 2月生まれ 週末は家族サービスを。進んで一家の中心になって吉。
- 1月生まれ もう少し心の扉を低くしてみ。人間関係が広がる。

## わたしの独り言

● こんにちは!あれだけ暑かった夏も終わり、ずいぶん過ぎましたね。いかがお過ごしですか?てらだいらです。

● 今年の夏はテレビでオリンピック観戦に熱中していました。個人的には大府市で練習を頑張っている女子レスリングの吉田選手を応援していました。

● 前回のからバラ新聞を見た方のB3ダイエットへの反響が凄くてビックリしました! ありがとうございます! 2ページにいつになく真面目に(苦笑)健康コラムとして関連記事がありますので見てもらえると嬉しいです♡



院長 寺平義和

## 編集後記

● 先日、からバラ患者さんに教えていただいた南知多にある「魚太郎」さんに家族と友達家族で行ってきました!

● その日に獲れた獲れたての魚介類を浜焼きバーベキューでいただけると聞いていたので、いざ行くと、祝日ということもあってか人、人、人の大混雑! それでも席数が多いので回転が速く、30分ほど待っただけで美味しい海の幸をお腹いっぱい食べる事ができました。

● 席料が大人500円、子供250円(小学生以下は無料)で、食材をその場で購入して食べられるのと後片付けもしないでいいので、バーベキュー初心者の私にはうってつけの場所でした!

● ただ慣れない焼き係をやったので汗だくになり、タオルを忘れたことを後悔しました(苦笑)



院長 寺平義和

## 面白ソレゾレ

長期間の保存が可能で、災害用にもストックしておきたい缶詰。古い缶詰は当然味が落ちますが、必ずしも新しい方が美味しいとは限りません。缶詰は材料と調味料を高圧で殺菌して作るため、製造直後は成分がうまく混ざっていない場合があります。野菜、魚介類は1年後、野菜、果物は半年程度経過して味が半減する傾向があります。味が半減する傾向があります。



## 格言・名言 人生編

『今までふり返ってみて、大きな不幸と思われることが、実は大切な人生の曲がり角であったと思われてならない。』

三浦綾子 (女性作家、小説家、エッセイスト)

人生の一大事も悪いことだけではありません。それは自分の生き方(人生)を変えられる、チャンスでもあるんですね。