

笑顔

4月のニュースレター

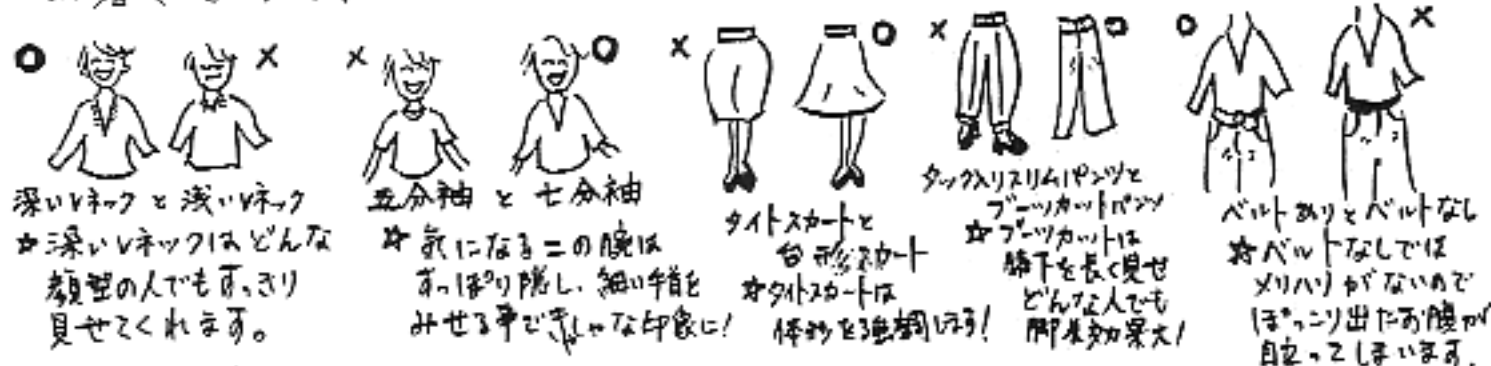
石碎広迫様

Vo.14

菜の花、フキ、ウアノコ、グリーンピース...その香りや淡い色合いにふれるとやさしい気持ちになりますね。春の素材をたっぷり使った料理で食卓を華やかに彩りたいものです。

でも、この時期 細く見せない!

着せ方の規則



性格は違う???

「彼は長男だから...」とされる性格を論じてしまうことがありまか、それって本当なのでしょうか?

長子らしい性格

- ＊おとりのんびりしている
- ＊之格がある
- ＊責任感が強い
- ＊どちらかといえば常識人
- ＊優柔不断
- ＊プライド高い
- ＊苦勞人である

次子らしい性格

- ＊所有欲が強くあざしい
- ＊甘えるのがうまい
- ＊嫌なときは上手に逃げる
- ＊何事にも柔軟な発想ができる
- ＊自分の考えを通したがる
- ＊相手の懐に入るのが得意
- ＊何事にも常備がよい

育った環境により性格は違いますが我が子に当てはめるとおもしろいぐらい当てはまっています。

花粉症のあなたへ

＊鼻詰まり解消法

- ① 濡らしたタオルを軽くしぼり、レンジで1分温めます。
- ② タオルの温度は42〜43度のベスト。
- ③ タオルで鼻全体を温めながら深呼吸します。

＊オリゴ・レコンキス作リス

- ① 麦を玉子輪切りにしたレコンキス300ccの水で煮ます。
- ② 液體は濾過して5〜8分煮ます。
- ③ レコンキスの煮汁を密閉容器へ移し、残ったレコンキスは料理に使えます。
- ④ ③にオリゴ糖小さじを加え混ぜます。
- ⑤ このエキスを朝晩50ccずつ飲みます。

↓
体質改善しましょう!

おが家のあにしん家

S様ではお父さんが仕事から早く帰宅しじ母の子供達の顔はいつも嬉しそうです。夕食後、酔ったお父さんの不機嫌な顔が追いつかないくらいに怒り出すのはいつもの光景。その日はお父さんふと寝てたのかいな? 息子を追いかけ暗い廊下を走り、元気で「びびり〜」と泣きながら帰ります。お父さんはたまたまおでこの髪に当りがつらつらしたのが原因かと思えます。息子が「自分がしたんじゃない!」