

～ 注目記事 ～

WOWOWが、サザンオールスターズとタッグを組み、
【WOWOW 2015 CMソング】として、収録曲「アロエ」が登場。

サザンオールスターズ

待望のNewアルバム

桑田さんと言えば、食道がんで闘病生活をおくっていましたが、
今や完全復活と思えるほど、精力的にご活躍をされています♪
新曲『アロエ』に込めた想いに注目です。

NHKアサイチ番組 『アロエパワー』



←お肌の水分量が
こんなに違う

あさいチ アロエパワー

検索

今再びブームが来ているアロエについて特集しています。
美容、美肌、健康に優秀なスーパーフード！注目です。

check!

★次回は富山県高岡市の健康管理士・芝田瑠美先生です。
お楽しみに！！

こんにちは！/(^▽^)/
暦は春ですね！デパートでは春物のカラフルな洋服が並び始めました。
お正月にお餅を食べ過ぎちゃったという人も、すぐに対応すれば大丈夫。
お近くの耳ツボサロンへご連絡くださいね。

インフルエンザは今年もひどかったようで、免疫力の低いお子様やお年寄り、特に大変です。
何よりも1番大切なのは健康。
健康とは、『病気を寄せ付けない免疫力がある体』なのです。

全国の耳ツボ先生は、『健康管理士』(厚生省が認可する唯一の健康のテキスト)を学び資格修得し、日々新しい知識の吸収に励んでおります。
体重管理だけでなく、総合的にアドバイスできますので、
お客様の健康を一生涯守ります。どんな事でもお気軽にご相談下さい。

3月～5月の血液型占い



環境の変化は、新しい事が始まる予感です。自然の流れに任せてみましょう。



人の集まる所に出かけてみるのも良いでしょう。異業種交流なんかも吉です。



方向転換の時期です。何かを変えたいと思っている人は、ゴーサインを出してもOKです。



今は、焦らないでいきましょう。温かくなる頃には、物事も進んで行きそうです。

健康管理士のワンポイントアドバイス♪

『水溶性食物繊維』

血圧が高い人、血糖値が高い人、血中脂質が高い人は必見。

水溶性植物繊維には、血糖・血圧・血中脂質の上昇抑制作用があります。

他にも、有害物質の排泄・腸内細菌バランスの維持など、

水溶性植物繊維は、生活習慣病の予防には欠かせない重要な働きをもちます。

【種類】ペクチン・グルコマンナン・アルギン酸・フコイダン・マルクトール・コンドロチン

【食材】(ぬるぬるした食べ物に多い)特に多いのはアロエの果肉

耳

より

N

E

W

S

～ お知らせ ～