

さん お見舞い
申し上げます

遅くなった夜明け
遠くなった蟬の声
誰もいなくなった浜辺
名残りの夏を
どうぞお健康に
お過ごし下さい



ひとり
ごきげん
なさん
だよ



ふよふよ 家族が
多いから

かんぽう
花が咲きます



いつも
あなたの
そばで

ワンちゃん
毎日を
祈っています



健康だべした
ワクワクニュース
第93号 平成23年9月
目指します人生500号
応援よろしくおねがいます。

ゆきままだら
ちやうと頭を
ヒヤシンス



福よ
来い

みんなに
癒



あはは
花が咲くだけ
暗れるだけ

悲しみがたぎ
切ない思ひが
切ない思ひが
切ない思ひが



おあけ
望まじい

も
望みはずまない
きつと笑顔で



お盆の墓参り
お墓に寄り添うように
鶏頭が一本咲いた

けい
けんたか

とつとつと真実だよ
千の風の声が
キミをた



あしたは
あなたの味方
だよ

明日葉のつばき
キミをた



風の唄が
キミを
ますか

夢の
忘れた
ませんか



残暑お見舞い申し上げます。
遅くなった夜明け 遠くなった蟬の声 誰もいなくなった浜辺
風も森も土も、すっかり秋の気配に染まる頃となりました。早いもので大震災から半年
を迎えました。みなさんどんな夏休みをおすごしでしたでしょうか？ 福島の子供達
にとっては、特別な夏休みでした。様々な各地から、あたたかい支援があり、子供
たちにとっての夏の言葉は、おしく「旅」の一言ではなからずでしょうか。一夏の経験
を通じて、震災や放射能の被害を乗り越えられる「生きる力」が子供たちの中に
育っていく事を祈るばかりです。8月末、我家は裏磐梯に行き、標高1400m
の山の上で、不思議な蝶「アサギマダラ」の観察会に参加しました。アサギマダラ
は、子供の手のひらサイズの、一見普通の蝶なのですが、何と珍しいことに、遠く海
を渡って旅する蝶なのです。春、南の国（沖縄、台湾など）で生れ7~9月に

どんな状況でも、ワクワクする未来を選択することが出来る！なんでも仙人の本です。



カウンセラーの「みやがわみちこ」さんの前にある日突然現れた仙人のお話。

以下、みやがわさんとなんでも仙人のやりとりです。①=仙人 ②=みやがわさん

①:人は死んだら終わりではない。肉体は死んでも魂は存在し続け、人生をぶり返り次はこうしてまきようと決めて生まれ変わってくるのじゃ

②:『人は向上するために生まれてくる』とよく言われるが、向上の本当の意味は「もっと楽に生きられる方法を知ることなのじゃ」つまり「こだわりをなくす」ということじゃよ。人は大切にしているものか人によって違っている場合があるのじゃ。その違いを知れば、戦争もケンカもなくなる！違いを知った上で次にできることは、「双方が歩み寄れるポイントを見つけること」

「人には「～しなれば」「こうあらねば」「こうあるべき」といふいくつものこだわりがある。自分の周りに起こる嫌な事は、そのこだわりを手放せ手放せと散めるためのお知らせなのじゃ。自分の前に、気に入らない者が現れたとする。腹が立ち、だんだん許せないという感情に変わるとする。この感情は、一見相手に対して向けられた感情のように見えるが、本当に許せないのは自分自身なんじゃ。大切なのは「自分を許すことじゃ」どうやって許すかという「そんな時もあるよなあ～」とおまじないうる向上とは上に向かってゆくというよりも、むしろ自分の不完全さをどれだけ許してあげられたか？

そして相手に対して不完全さをどれだけ許してあげられたかにある。

②:なぜ、自分や相手の不完全さを許してあげられることが、向上することになるの？

①:それは、自分の不完全さが許された時、人はとても優しい気持ちになれるからなのじゃよ！

②:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

①:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

②:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

①:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

②:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

①:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

②:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

①:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

②:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

①:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

②:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

①:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

②:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

①:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

②:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

①:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

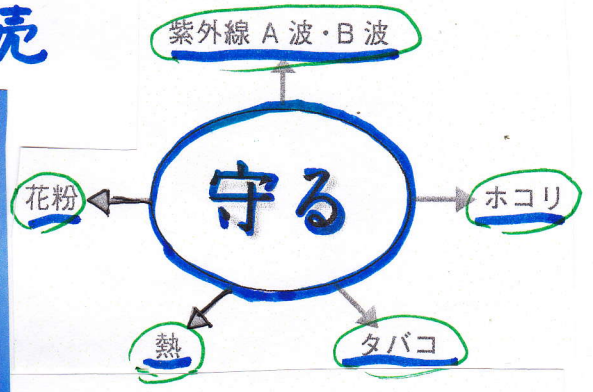
②:不完全さに焦点があっている時は、自分は欠けているように見えるのじゃ、自分の存在がちっとすり

酸素オイル化粧品 MIREYから新発売

肌にやさしい **日焼け止め**

MIREY プロテクトデイミルク 30g入
 価格 **4,830円**

〈使用方法〉真珠玉の大きさに首・顔にのびします。



紫外線からプロテクト

MIREY プロテクトデイミルクは、肌にやさしい処方では有害な紫外線から完璧にプロテクトします **SPF36 PA++相当**。

【マイクロカプセル化】「日焼け止めをつけると、肌が荒れる」理由…それは UV クリームに配合された、「紫外線吸収剤」の影響です。そこで、肌荒れの原因となる紫外線吸収剤が皮膚に浸透したり、直接触れたりしないよう「シルク成分」でカプセル化しました。「マイクロカプセル化紫外線吸収剤」で、強力な紫外線から肌を守ります。

プロテクト
デイミルク

有害物質からプロテクト

排気ガスやたばこの煙、急激な気温の変化や熱…これらの環境汚染は私たちの肌に日々ストレスを与えています。その結果、皮膚はハリ・弾力を失い、くすみ、乾燥しシワが出来るのです。MIREY プロテクトデイミルクは、独自にブレンドした **αベール** がお肌の表面に植物エキスの「保護フィルム」をつくり、有害物質から肌をプロテクトします。

αベール ワサビノキ種子エキス・タマリンド種子多糖体・マロニエエキス・ナギイカダ根エキス・ツボクサエキス・酵母エキス・トウキンセンカ花エキス等の植物エキスの保護フィルム、天然成分だけで「植物エキスのフィルム」を作ります。

高濃度酸素アルガンオイル高配合。化粧下地としてもご使用頂けます。

なかなか良くならなかった
 花粉のせいで荒れた肌。
 プロテクトデイミルクを使った
 ら2日できれいになりました!!

夜、クレンジングした後の
 お肌ってくすみがちだったけど
 これを使った日は
 夜の肌も綺麗!!

今まで使っていた、
 下地機能のある UV クリームは
 ファンデーションが
 ムラになってしまったけど、
 MIREY はきれいにつく!!

肌に優しい UV クリームは、
 SPF 値が低くて心配でした。
 MIREY は、一日中、日に焼けず
 安心して使えます。

今年の夏休み、ふくしまの子供たちのための避難ツアーが多くありました。我が家も体と心のリフレッシュにと、ありがたくも、子供を連れて、北海道、山梨と保養に出かけてきました。放射線対策に気はつけたものの、紫外線対策を気にかけてしまい、顔にシミができてしまいました。北海道から帰った頃に、MIREY(ミレイ)プロテクトデイクリームが発売になり、早速使い始めました。ミレイオイルに美白のエッセンスを入れ、ローションに、美白と抗老化のエッセンスを入れ同時使用でマッサージをしました。すると2週間程で、何とシミが気にならなくなりました。とっても嬉しかったです。わたしの体験談

ミレイシリーズのご紹介

超しっとりオイル
 アルガンオイルに
 酸素と結合しました。
 ミレイエクセルオイル

高濃度酸素美容液
 MIREY エクセルオイル 20ml
 税込 7,300円

美容液ローション
 ミレイエッセンスローション
 しっとり、もち肌
 に仕上がります。
 100円玉を手のひらに
 ほどご使用
 下さい

高濃度酸素化粧水
 MIREY エッセンスローション 90ml
 税込 5,200円

美白
 保湿
 抗老化

オイル、ローションに加える
 エッセンスで各5ml。
 美白・保湿・抗老化に効果抜群

MIREY エッセンス
 税込 各3,000円

MIREY エッセンス
 税込 各2,000円

オイル用
 ローション用

クレンジングと
 洗顔がこれ一本で
 OK。
 大容量なので3~4月
 もちます。

高保湿クレンジングジェル
 MIREY モイストクレンジング 350ml
 税込 4,500円

本州に北上し、9~10月に又南下する。驚異の飛翔は2000km、途中波の上で羽根を休めることもあるそう。いざ、観察会、何とつかまえた蝶に場所と日時と自分のサインを羽根に書き込み、放すのだそう。子供たちも自分の蝶をみつけてサインするんだと大はしゃぎ、親も夢中になってあみを拵って駆け回りました。無事、1人1匹ずつ採れてサイン、大空へ放しました。それにしても、小さな蝶が何百何千キロも海を渡るなんてすばしや!!と蝶に元気をもらった夏休みでした。蝶が花をさがしていた。花は蝶を待っていた。



みなさまに感謝のご報告です。ご支援いただいております福島大募金箱。第1回(前回)は「あひなが育英会」震災遺児の方へ送金、そして今回11073円(9月3日現在)をこども福島情報センター(福島市置賜町、まちなかシセ内)さんにお届けいたしました。この施設は、子供を放射能から守るために市民ボランティアで運営されており、食品放射能測定、そして予定ではホールボディーカウンター(内部被曝測定器)を設置し、市民の心強い味方になってくれる所です。あなたかご支援、ご協力ありがとうございます。これからも福島大をどうぞよろしくお願い致します。

ちょっぴり息! おもしろ四字熟語 ○の中に字を入れて ウルトライズです? 問題です。

下の四字熟語を完成させて下さい

- 肉○食 焼肉定食(弱肉強食)
- 大○小○ 大関小錦(大同小異)
- 用意○○ 用意ドン!!(用意周到)
- 急○直○ 急所直撃(急転直下)
- 首○一○ 首狩一族(首尾一貫)

Q. 鎌倉幕府が成立した年は?
答え... 1192296年(いくにつくろう...?)

Q. 鳥は1羽2羽と数えます。では、馬は?
答え... 1着2着(競馬のしすぎでしょ!!)

Q. 1860年井伊直弼が殺害された事件を何というか?
答え... 井伊直弼殺人事件(火曜サスペンスでしょ)

Q. 小説「雪国」の作者は?
答え... 吉幾三

整体院 縁 検索 でホームページ(過去の“ワクワクニュース”と“今週の絵手紙”等)をご覧ください。

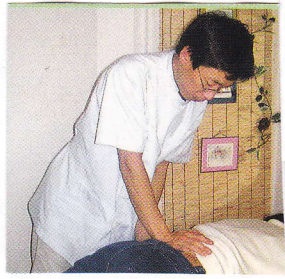
ようこそ〜 整体院 縁 〜
超ソフトな整体治療
オステオパシー整体
〜腰痛 肩こり 膝痛 頭痛 など〜

リンパマッサージ
〜冷え むくみ 美容 筋肉疲労 に〜

肌の乾燥・むくみをとって小顔に
整美顔マッサージ
30分 3,000円〜

集中部分リンパマッサージ
肩こり、眼精疲労 足のつかれに
20分 2,000円〜
延長10分毎 1,000円

ツボに適度な圧を加え、姿勢の歪みやバランスの乱れ等不調の原因を取り除くお手伝いをいたします。
“オステオパシー整体”は、からだ本来の自然治療力を引き出し、全身疲労やストレスの緩和に効果を発揮します。



オステオパシー整体
60分 4,000円
高校生以下 3,000円



予約制となっております

024-534-0635

営業時間 AM8:00~PM8:00
休日 日曜日
携帯 090-8616-6751
福島市野田町1-7-28
[院長] 松井 国彦 [管理栄養士] 松井 知美