

はびねす新聞

毎月一回不定期発行予定は未定…でも…やる気は満々がんばります(*^^*)♪と言いつつ平成25年3月3日の創刊号から書き続けてきました。天文学的にも未知数にちかひ確立で、ご縁をいただいた大切なみなさまへ、前回より気分を変えて横書きで…何かほんの少しでもお役に立てれば幸いです。 深謝☆

「辛い」と嘆きますか？対策しますか？

夏バテから秋バテ・稲科の花粉症へ

少しずつ涼しくなって過ごしやすいはずなのに“夏バテ”に似た症状が続いていることを“秋バテ”と呼ぶそうです。そのうち“冬バテ”“春バテ”と、年中バテバテが当たり前になりそうで恐ろしいです。

そんな中、みなさんはどうありたいですか？「辛い…辛い…」と引きこもるよりも、秋の味覚を楽しむ人でありたいと私は思います(*^^*)♪


親戚のお婆ちゃんの実話

先日私が目の当たりにした恐ろしい本当の話、本人の承諾を得てみなさんにもシェアさせていただきます。

お婆ちゃんは現役で自営業をバリバリ手伝うSさん78歳です。


ある日、昼に私の携帯がなった時出れず、即折り返したのに彼女は出ませんでした。忙しいのかと思いつつ、夕方家まで行って顔を見たら真っ青でビックリ。「大丈夫？」ときくと「今はもう大丈夫。昼は救急車を呼んでもらおうと思って電話したけど、かかってきた時はえらくて出れなかった。その後二ト口飲んだら元気になったから、銀行とか走り回ってた〜」と言うのです。病院でもらった二ト口があって良かったと青い顔してニヤツと笑いながら話すも、いつも人一倍食べる人が食欲もゼロ。明日朝もえらかったら病院に行ってくると言うものの、そんな様子の人をほっておくわけにはいかず、夜間診療に無理やり連れて行きました。胸が苦しい…頭がいたい…あぶら汗がとまらなかつた…等々、二ト口を飲んだ後、銀行に行ったことや普段の様子も横で伝えて、待ち時間には持参したペットボトルの水を飲ませながら、横にならせてほしいとリクエストしての夜の病院。対応してくれた先生が優しく眼を見て話してくれるイケメンさんで少し癒され

ながら、心電図・血液検査・胸のレントゲン・頭のCTもしてくれました。日本の医療に感謝しながら、出てきた結果にビックリポン!!

A4の紙を渡されて先生の説明「血液検査の結果です。僕はこの数値が心配で見たかった。高かったら心臓に問題があるかもしれなかったけどこれは大丈夫。脳も異常はみられなかったし、気になるのはこれとこれ…」蛍光ペンで印をつけながら「これが何かというと、脱水ぎみなんだよね」と…

はびねす新聞をご講読のみなさんにご存知だと思いますが、普段から常温のお水を飲むことを強くオススメしています。そして検査結果が“脱水ぎみ”とは、言うまでもなくSさんはアリヤ…と私の顔を見上げ、私もSさんをギロリと半分ならみつける状況はご想像にお任せします。何はともあれ、これで済んで本当に良かった！朝まで放置なら、脱水症状で大事になり救急車から、後遺症も出たかもしれません。以前救急車受け入れの現場で働く看護師さんから教えてもらった貴重な話があります。救急車で病院に到着して一番にすることは血液検査。その血液はほぼ全員真っ黒だと。どうして真っ黒なのか尋ねたら、脱水症状でそうになると教えてくれました。“秋バテ”も花粉症も、先

ず自分でできる簡単で重要な対策は…

『常温の水を今以上に飲むこと』です!

10月のスケジュール

<耳つぼ>

* 10/6(金) 8時~17時 留守です。

* 10/29(日) お休みです。

営業時間は8~18時ですが、下記の時間は

ご注意ください。*ご予約が確実です。

★月…10時~11時体操 ★火…岐阜へ出張

★水…定休日 ★木&土…10~11時・13~14時

体操 ★金&日…終日OK です(*^^*)♪

【営業時間】 *あうんハピネス… 9時~18時 定休日:水曜日 *耳つぼ… 木金土日 8時~18時 定休日:火曜日&水曜日




笑顔のさぼテン暦☆

◆今、金が高値です◆

みなさんご存知ですか？
今、また金の値段が高くなっている事をーもしも昔流行ったキンキンの喜平ネックレスや壊れた指輪、片方失くしたイヤリングなどがタンスに眠っていたら、嬉しいお小遣いになることでしよう♪合わせて、鑑定書付の寶石や、古いROLEX時計まで、リサイクルショップとして15年目のあうんハピネスにお気軽にご相談ください。※秘密厳守！！

ルイヴィトン・シャネル・エルメスはホロボロでもOK!

金・プラチナ・スランド品 高価買取いたします!!



※使わなくなった貴金属!!
※壊れたネックレス!!
※片方失くしたピアス!!
※石が取れた指輪!!
なんなりと〜♪

※秘密厳守致しますので、お気軽に声をかけてください…



◆新品スーツ販売会◆

10月21日(土)〜10月31日(火)の9時〜19時
4000円〜勢ぞろいです
※期間中休み無しで営業
大好評の工場直送品あり
現品限りの早い者勝ち!!
ビジネススーツはもちろん
リクルート、成人式、入学式からフォーマルまで、ぜひお知り合いもお誘いあわせの上、ご来店ください♪
いろいろなシーンでのコーディネートやネクタイの結び方まで、オシャレのプロにお任せくださいね!!

◆名鉄百貨店de耳つぼ◆

10月25日(水)10時〜
名鉄百貨店8階わくわくサロンにて出張耳つぼやります!!遊びに来てね♪

★10月のイベント★

手相と九星気学

10月14日(土)14時
サンサーラ 大輪講師
鑑定料30分3900円

☆1ポイント手相500円

もお気軽に大好評♪

福笑己書道場

テーマは当日のお楽しみ♪
10月14日(土)19時
10月15日(日)10時
蟹江幸世師範

参加費 2000円

10月14日(土)19時
10月15日(日)10時

筆ペンとお友だちになつて、自分の固定観念とさ

よならでできる素敵なひと時です♪初心者大歓迎
字が下手で悩んでいる方もぜひどうぞ♪

♪歌声サロンさとうちゃん

10月27日(金)14時
参加費 一般1000円

伊藤智子さん
ギターの生演奏でみんなからのリクエスト曲を一緒に歌う楽しい会です!

♪笑いヨガ

10月28日(土)14時
参加費 一般1000円

山中法子講師

「楽しいから笑うんじゃない。笑ってから楽しいんだ」

自力運動療法 実践会

10月28日(土)19時
参加費 2000円

木村啓人講師

肩こりや腰痛が自分で対処できるようになる。がんばらないで不思議体験

♪ハピネス健康体操

月曜日10時
木曜日10時〜13時
土曜日10時

毎週開催しています!
アンチエイジングに最適

↑このマークはごきげんサークルの会員さんは参加費無料の印です。

【ごきげんサークルとは】
春日井市認定の住民主体のミニデイサービスです。
65歳以上、春日井市在住の方で、自力であうんハピネスまでお出かけ下さる方が対象。「笑顔・生きがい・安心のお手伝い」を目的とした会員制のサロンです。
お一人暮らしの方はもちろん、家族と同居の方もお出かけ下さい。いろいろなイベントを企画していきます。

◆会員登録のご案内

◎月木土日曜日

◎開催時間は別途スケジュールにてご確認ください。

◎月会費3000円

※ハピネス健康体操を含め、週2回ご都合に合わせてお好きなイベントにご参加ください。※材料代・飲食代等が別途必要
な場合あり。

◎詳細・ご質問は佐藤千鶴子迄お気軽に!

15年目の地元に優しいリサイクルショップより

◎生前整理のススメ お見積り無料
ご自分の手で心をこめて、物と思い出の整理をしたいと思いませんか!!

お見積り無料!! 家族に迷惑をかけずに
幸せな人生のエンディングを迎えるために

◎写真整理&アルバム作成 2万円~

◎ご用聞きサービス 1時間3,500円(税別)

お気軽にお問い合わせください