



ねこの手通信

平成 30年 1月号

(2018.1.25発行)

もうすぐバレンタインデー♡

みなさま こんにちは!! いつもお世話になっております。今年もとうとう大雪が降りましたね〜
 関東(東・横)は年に1度降るかどうかなので、雪が降ると大変なことになると思います。私は車生活ですから、タイヤをスタッドレスにしています。首都圏でスタッドレスタイヤにしている割合はなんと83%らしいです。こわいこわい。。。降ったら雪の日(鬼)め事(車)が走らなくなるので、いつもより注意深く重くお気を付けましょう!!
 と3で、昨日朝番組の「スッキリ」で小室哲哉氏の記者会見の様子が映りました。皆さんは小室氏の引退についての一連の発表を聞いてどう感じましたか? 会見だけ見ても実際はわかりませんが、2つ目は感心しました。1つはマスコなどの取材に対する拒否、2つは開会的な介護の事情に対する社会提議なかなど。和達ハコの手軍団では単日員からお客様への「困ったな」に対するおまもりアンテナを張っています。小室さんもハコの手に頼れば色んなかも。。。どんなお悩みもまかせます。どうぞよろしく!!

お客様コーナー

教室も運営に日々頑張っています。週に1度、ねこの手さんにお願ひしていただきます。お掃除の内容も気に入っています。担当の方と世間話をすることも楽しいのです。和自身もお掃除を伴えることで時間的余裕ができました。これからもよろしくお願ひします!

いつもていねいな対応。ありがとうございます!
 私たちも元気をもらっています♡♡

インフルエンザうつりやすい人、ならない人

今年もインフルエンザが流行します。今はB型。みたいですね。さて、和はインフルエンザの人と接しても1回もうつった事がないので、どうして体質? と思って調べました。以下のチェック項目、みなさんもやってみて下さい。

- 普段ストレスを感じることが多い。
- あいまいな時間が短く寝不足
- 人混みによく行く
- 本を多く読まない
- 体温35度(35.0とか。。)

チェックがリクナリ方はインフルエンザになりやすい人です。ちなみは和は下2つにチェックが入ります。血の気は多いので、体温は35度以下(34.5)

免疫力を上げるには体温を上げる事と言われますが、それは必ずしも正しいとは限りません。ストレスがたまり生活が乱れると、免疫力が低下する場合があります。車生活もいいのかも。。。体温を上げる食べ物(大根、ゴボウ、生姜、ニンニク、りんご、牛乳)です!

ねこの手 I 問答!

今回は 新年会の準備、お酒、大掃除、年越しそば!!
 生きている内に何でもやらねば!! っていうこととして、体重が+2kgも増えて1月といえば!! 新年会、後輩の成人式、年賀状出し志本を書いた!! (2月と1月はほぼ毎日食パチり。。。2月から筋トレしてダイエットでもしようかな。インストラクターからのアドバイスが筋トレこそがダイエットの近道!!

I 問答は エネキッシュでいつもオバちゃんに会いに行きます(笑)ダンス、引き越、料理、たべたいものを食べてあげようかな♡

季節ネタコーナー もうすぐお正月!!
 東方巻きの方角って毎年ちがいますね。どうやって決まるのでしょうか?! もともと大阪の習慣。結論から言うと、西暦の下1ケタにおいて3を決めます。5パターンなので5年ごとにくり返しです。東方には福の神がいるとされていますが、上記のようになります。ルートを福の神みたい!! 笑 ミミズも、色々な風習が3歳と1歳の中、東方巻きはのこるもので、縁起物としてたのしみたいですね

「実家のお母さんのお手伝いサービスも提供しています」
 ねこの手メイドサービス
 ホールポイントリニューアルしました!

今年の東方は 南南東!!

