

『白い恋人「羽生結弦」VS野性味タップリ「五郎丸歩」 あなたはどっち～??』



事務長:断然羽生! 優雅の極み♡
上田:演技とプロ意識がすごい!
植西:名前に親近感あり(笑)
プロ意識のすごさにはビックリ!
若林:癒し系な所が良い
寺田:誕生日が一緒だから(笑)
泰子:どんなプレッシャーにも負けない精神力がすごい!
浅井:世界ランキング1位! スゴイ!!

院長:瞬間、瞬間の判断力とパワーがグー!
小川:男の中の男ってところがステキ♡
金本:ラグビーすきだから
市田:あのポーズ!!!
阪口:ムキムキしか目に入りません!
浅利:顔がどタイプ♡
辻:マッチョが好きだから
安食:必ずゴールを決めるところが素敵!



寒さが本格的ですね・・・首を温めるといいこといっぱい!!

血行促進・冷えの解消

首にある太い血管を温めることで全身の血巡りがよくなります。

血行が良くなることで、

・美肌効果・免疫力アップ・疲労回復・首こり肩こり改善・頭痛改善などの効果が得られます。

睡眠の質を向上

寝る前や就寝時に首を温めることで眠りの質を向上することができます。

質の良い睡眠が得られることにより、次のような効果が得られます。

・体を休める・・・疲労回復 ・脳を休める・・・脳機能アップ ・心を休める・・・ストレス解消

また、成長ホルモンをはじめとするホルモン分泌も活発になることで、
・アンチエイジング・美肌・脂肪燃焼・免疫力アップ などの効果も得られます。

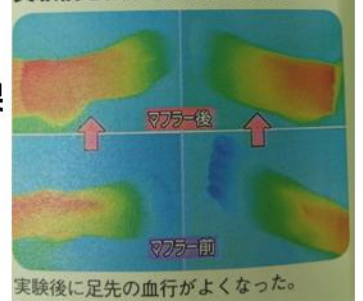
就寝時にはタオルを首に暖かく巻いて寝てみてくださいね!

首を温めて自律神経の乱れによる不調を改善

交感神経と副交感神経のバランスが乱れると、

人によって実にさまざまな不調が現れるため、原因のはっきりしない体の不調があった人は首を温めてぐっすり眠ることで改善されていく可能性があります。

実験前と実験後の体温変化



実験後に足先の血行がよくなった。



意外と知らない?!
あなたの地方の「申年」の言い伝えは?

北海道地方
「申」と書かれた新しい肌着を身に着けると病が治る。赤色で、年下の女性から贈られるのがよい

上信越地方
赤い肌着を贈る、または贈られた肌着を身に着けると、病が去る

近畿地方
子供から贈られた肌着を身に着けると寝たきりにならない、下の世話にならない

中国地方
4枚パンツを贈ると死が去る、また肌着を贈ると病が去る

九州地方
贈られた肌着を身に着けると病が去る。とくに申又がよい

四国地方
贈られたパンツを身につけると、病を遠ざける。また、こっそりしまっておくと幸福が訪れる

東北地方
身内の女性から贈られた「申」と書かれた肌着を身に着けると、下の世話(寝たきり)にならない

関東地方
子供から贈られた「申」と書かれたパンツを身に着けると病が去る

中部地方
肌着を贈る、または贈られた肌着を身に着けると、病が去り、長生きしない、下の世話(寝たきり)にならない

※諸説あります

申年の事務長からスタッフへ『トラタニ(ずれないパンツで有名)』の赤パンツのプレゼント。「申年の人から赤いパンツを貰うと寝たきりにならないから〜!!」いつも明るくハツラツとした事務長からの真っ赤なプレゼントに度肝をぬかれたスタッフ・・・(笑)『申年と肌着』意外と有名で各地で言い伝えがあるんですね!



『岡北』京都動物園近くの長〜い行列が出来るうどん屋さん。中はこんなに素敵だったのか♡心も胃も掴む〜♪さぁ、並びましょう(*´▽`*)

今月はキシリトールタブレット260円→230円です。

