



いつもご愛顧いただきありがとうございます。

暖冬の影響で、今年は桜の開花もだいぶ早まっていますね。
国内外では、新型コロナウイルスの報道が毎日続けて報道
されております。これからの時期は色々なイベントや集会などが
開催される事もあるかと思いますが、どうしてもその時は自己対策を
万全にして参加する様にしたいですね…(私は花粉症持ちなので
マスクが大事ですが、このご時世・・・手づくりマスクで対処かなあ～泣)



* 花粉症にご注意 *

☆ 腸内環境の悪化や睡眠不足

- ①水溶性食物繊維を多く含む、人参・大根・玉葱・トマト・キャベツ・里芋
ジャガイモ・ほうれん草・長芋・果物などを積極的に摂取する
- ②深夜にスマホを見続けるのはNG・部屋を暗くして布団に入り横に
なるだけで、脳や体をやすませることが出来る

☆ 花粉は髪の毛に多く付着するので、つばの広い帽子が有効

☆ 衣類への花粉の付着には、出来るだけツルツルした素材物を着て、帰宅時は
衣類についた花粉をよく払う

☆ 静電気を抑制する為にも洗濯する時には柔軟剤を使う



1月30日:盛岡支店に展示会を
開催致しました。沢山のお客様に
来て頂き、初の試みでしたが盛大に
終える事が出来ました。
有難うございました<(_)>

