新元気いちばん新聞 No.215【発行】㈱セイケン 〒436-0021 静岡県掛川市緑ヶ丘 1-8-8

はるかぜ便り

[電話] 0537-23-2414 [fax]0537-24-3366
[URL] 自然食はセイケン検索 QRコード⇒
http://genki-seiken.jimdo.com
[営業時間] am9:00～pm7:00 [土曜] am9:00～pm6:30 日曜定休 ※セール時の日曜 pm6:00 まで

養生の道は自然の中にあり

江戸時代の儒学者**佐藤一斉**の言葉に「小薬是草根木皮、大薬是飲食衣服、薬源は是心をおさめ、身を修めるなり」また、「養生の道、只自然に従うを得たりと為す。養生に意あればすなわち養生を得ず」とあります。**健康は薬より日常の飲食や生活であり心の平穏がその根本になければならない。そして、自然に任せた生活が大事で、あんまり健康を意識しすぎるとかえって健康にならない、**という意味。これは現代でも十分通じる教えではないでしょうか。

軒先に足長バチの巣を見つけました。幼虫十数匹を取り出して炒って醤油で食べるとクリーミーでおいしい。孫娘は大好き、男の子はうまいけど見た目がなあ。食べられる昆虫やレンゲ、タンポポ、クローバー、イタドリ、あざみ、ツユクサ、ヨモギ、菫、スイバ…ワラビやフキなど食べられる野の草もいっぱいあります。自然の恵み大切にして、自然の中で自然に任せた生活を心がけ、元気で人生を楽しみたいと思います。

セイケン会長　溝口博之

2018年 6月 スケジュール☑

1(金)	
2(土)	※毎週土曜日は18時30分終了
3(日)	定休日
4(月)	
5(火)	☆生鮮品入荷日・配達
6(水)	
7(木)	
8(金)	イトーレーター菊川セミナー
9(土)	※毎週土曜日は18時30分終了
10(日)	定休日
11(月)	
12(火)	試食会① 生鮮品入荷日・配達
13(水)	試食会②
14(木)	
15(金)	
16(土)	※毎週土曜日は18時30分終了
17(日)	定休日
18(月)	
19(火)	☆生鮮品入荷日・配達
20(水)	
21(木)	
22(金)	☆セール 5,000円以上で10%引
23(土)	☆セール 5,000円以上で10%引
24(日)	☆セール 5,000円以上で10%引
25(月)	
26(火)	☆生鮮品入荷日・配達
27(水)	
28(木)	
29(金)	
30(土)	※毎週土曜日は18時30分終了

☆ゆうあい「梅肉エキス」
液体 100g 3,500円
粒タイプ 450粒 3,500円

☆ビーバンジョア日焼け止めクリーム
薬用uv美白エッセンシャルベース
52ml 1,2000円

とっておきの健康お話し会

ボケないで老化を防ぐ方法

～ボケになる人・ならない人～

注目！

2018年 **6月22日(金)**

13時受付開始 **13時30分～15時30分**

専任講師 B&Sコーポレーション 佐野保徳講師

参加費・無料

※ ボケたくない人必見！どなたでも聞いて損なし！
※ お早めにお申込下さい（0537-23-2414 セイケン）

「ボケ予防の極意」
- ○早寝早起きでお日様に感謝し適度に運動する。
- ○外に出掛けて人と会話し、笑顔で誰にも接する。
- ○6月22日の話しを聴く。
- ・長生きは決して不幸な事ではありません。寝たきりにならずボケずに楽しく生きましょう！

注文&お申込専用ダイヤル
フリーダイヤル 0120-044-496
通話料無料です。ご利用下さい。