

おいしいはしあわせ

あたらしく

うまれる



サン・スマイル通信

No.89 2017.1

営業時間 … 10:00~19:00
定休日 … 日曜日 (祝祭日営業)
電話 … 049-264-1903
住所 … 〒356-0052 ふじみ野市苗間1-15-27
ホームページ … www.sunsmile.org
メール … mail@sunsmile.org
フェイスブック いいね!お待ちしております



あけましておめでとうございます。

旧年中は、大変お世話にありありがとうございました。

本年、サンスマイルは創業20年を迎えます(11月14日)

新年のご挨拶として少し趣向をかえて、

仲間(?)のようは一文とメッセージを
皆様におとどけさせて頂きたい! というスタッフの

想いで通信をつくらせて頂きました。

ご一読頂けましたら幸いです。



命の懸け橋

太陽と水と大地に生かされて

ガリアと共に歩む幸せ

自転車にみかんをっんで走り歩いた20年前から

今年も皆様の応援、ご支援を頂き新年を迎える

事ができました。ありがとうございました。サンスマイルは、

命の食をお伝え、お届けさせて頂く事を使命、役割として

大自然に感謝して、地球の意思を感じながらその

想いをサンスマイルの食材、商品たらしにのせて本年も

創業時の心と基に皆様のお役に立てよう、スタッフ

一同一丸とばかり、おいしいあわせをお届けできるよう歩んで

まいります。本年もどうぞよろしくお願い致します。

サンスマイル代表 松浦育紀



サン・スマイルの店内に
静かに佇む
ブロンズ像の「萌え」お嬢さん

店を構えたら心優しい笑でお迎えできたらと
いう思いでいたら出逢いました。「萌え」ちゃん
です。ブロンズ像の「萌え」ちゃんの応援か？
モンドセレクションでどうどうブロンズ賞
に輝いた。具だくさんゴロゴロカレー。
世界初の無施肥無肥料。奇跡の
カレーです。ご家庭の食卓ご是非
お召し下り下さい。

🍃🍃 春が来ると若葉萌えている奇跡かな

レイチェル・カーソンさんの「沈黙の春」 有吉佐和子さんの「複合汚染」
バイブルになっています。

会長 松浦悦子



新年明けましておめでとうございます。

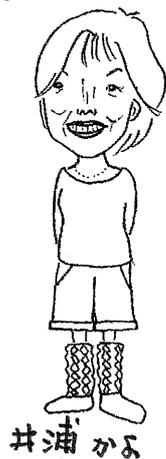
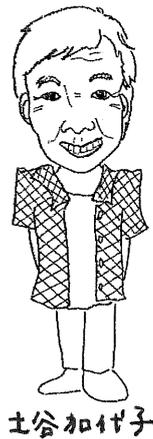
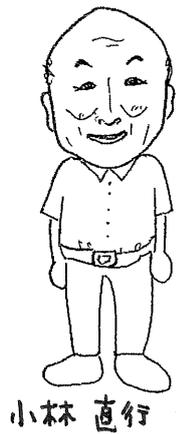
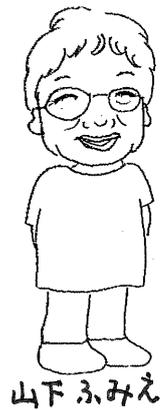
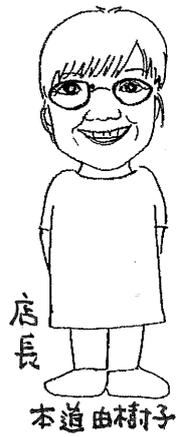
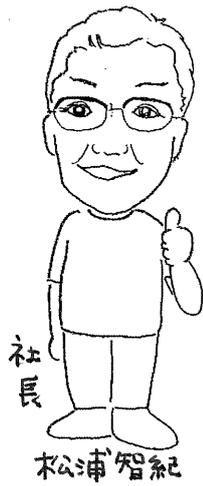
今年はサン・スマイル 20周年イヤー!! 成人式です!!

10年ひとおかしと言いますので、サン・スマイルが産まれたのは
昔し昔し?! そんなに前の事とは感じませんが当時から想う
とアトピーで布団を血で染めていた赤ちゃんは大人になり、余命
宣告されてた方が元気に生き、不妊に悩む方が子どもを
進級し、やはり永い年が経ちました。食べ物が癌だから体も
癌になる。ならば食べ物が元気なら体も元気!という事
実が溢れるこのお店。お客様から沢山学ばせて頂い
ています。これからずっとお役に立ちたいです!

店長 本道由樹子



にこにこサン・スマイルスタッフ & 応援団



スタッフ&応援団
新春ことばあそび

それぞれに
固定種のタネ
リズムアリ
種守るのは
☞ 民の使命なり



ドラえもん
世界中にサンスマイル
伝えたい
何どもポケット
借りたいな
☺

品物と
一緒に届け
みんなの愛
サンスマイルは
福袋！
福



良いものを
食べよういざ
サンスマイル
🍪

四十路どす
病院いらず
ありがとう
😊



日が笑う ☀️
自然食は
しあわせだ

生命力高める💕
米・豆・お野菜で
“おいしいはしあわせ”
お届けします

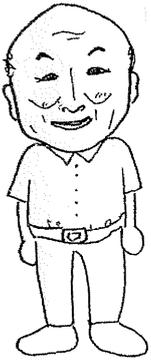




おいしいと
 幸せいっぱい
 ♡♡ 待っている

玄米を

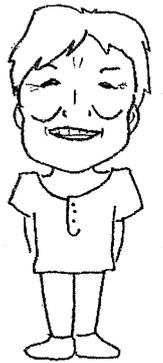
かめばかむ程
 健康に 



無肥料自然栽培の
 お野菜とかけて
 野菜宅配己好きの妻と向う
 その心は
 どちらも健康と美肌に
 溢れます 

おたのしみ

ニコニコお野菜
 勢ぞろい 



サン・スマイル
 お米と野菜で
 医者いらす 

真の美味 
 弱った肝臓
 みるみる元気



シャンプーかえたら
 数十年の湿疹
 完治し
 心さあやか 

明るさと 
 元気の源
 サン・スマイル



Sun Smile スタッフのスキンケア公開♡

ギリアラフォー ちょろいほんどうのスキンケア

たるみと口元の乾燥が気になるほんどうです。



やっぱり年を重ねると
それなりに...

愛用品

- (オース) スキンバースウォーター → 朝、最低3セットはパタパタ。キメが整って頬のトーンが明らかに変わる。
- (オース) パーフェクトエッセンス → 乳液代替りのウォータータイプ。たっぷり入れたスキンバースウォーターをキープ。
- (日本創健) 馬油 → 油なのにべたつかないテクスチャーがお気に入り。顔全体にベースオイルとして。
- (日本創健) バークレンジングオイル → お風呂でメイク落としの一本! 合いおし!
- (寿元) イヤシロソルトソープ (夏場) → 夏はこちらでメイク落とし。サッパリ。ツツパシヤ。
- (リマナチュラル) 椿油 → 月経下のおくみや癒しの時。ぶぶろじマッサージュオイルとして使ってます。
- (ヴェレダ) オイル各種 → ヴェレダオイルは香りのアロマ効果もアラスで癒される。椿油はパックにも使います。



ちなみに
シャンプーは
サッパシヤンパー
リンスは
木酢作液

↑の後メイクします。

毎日のケア
必需なお年頃~

♪ B型主婦 ♪
高橋のおすと!

スキンケア & コスメ



いろいろ、お店の商品を試して使っています。今は、歯みがき粉は、「デンシー」を歯ぐきが引きしまるので、気に入っています。洗顔は、「竹塩石けん」と、リマナチュラルの「カメリアビューティーソープ」を、一緒にネットに入れて、泡立てて使っています。洗顔後は、薬水肌の「スキンバースウォーター」「パーフェクトエッセンス」、ヴェレダの「ワイルドローズ」「モイスターローション」「モイスタークリーム」「インテンスブアイクリーム」「デイクリーム」をぬり、化粧下地と日焼け止めを兼ねて、リマナチュラルの「サンプロテクタークリーム」をぬり、リマナチュラルの「ルースパウダー」をはたきます。口紅は、リマナチュラルの「218番、ライトローズ」が好きです。眉墨はリマナチュラルの「ブラックグレー」を愛用しています。ハンドケアは、「バークレンジングオイル」で洗い流した後、「バークハンドクリーム」をぬりますと、とてもしっとりするので気に入っています。体は、ヴェレダの「ホワイトバーチボディオイル」で、時々、オイルマッサージをします。又、顔は、時々、ヴェレダの「アーモンドフェイシャルオイル」でマッサージをします。髪は「サウンドシャンプー」で洗い、体は「サウンドボディソープアロエバ」で洗っています。最近、手や顔に「シアバター」も時々、ぬっています。とてもしっとりします! 特にオススメなのは、「デンシー」です。お風呂で湯舟につかりながら歯みがきし、顔を洗ったり、髪を洗った後、口をゆすぐと、さらに引きしまった感じがします!

以上、高橋の実践中、スキンケア & コスメでしたよ

てんちょうの「今日は何を話そうか」コーナー



みな様、こんにちは！今回はSun Smile
スタッフのスキンケアを公開しましたが
みな様はどんなケアを心掛けていら
しゃいますか？

お肌と畑

サン・スマイルでは無肥料自然栽培の
作物をおすすめしています。農薬はもち
ろん、化学肥料・有機肥料も使いません。
(有機肥料とは植物性堆肥や馬糞・魚骨
などです) 畑に肥料をあげると
色々な意味で弊害が起り、土の力が
欠かれ害虫が出たりします。そこに育
作物は腐りやすく、お米にえぐみが出たり
します。畑に肥料をやらない「肥料断
食」もすると土力が徐々に回復し、作
物も力のある、体にしみ入るお米にな
ります。

肌断食

お肌を畑に例えるのは少し変化も
知れませんが、やはり色々と与えすぎ
は肌力を弱らせると考えます。
上質の水分と油分を必要なだけ
使う。15年以上前からサン・スマイルで
は肌断食をおすすめしています。でも、
『何もしない』のはちょっと違います。
今は中・高生でも基礎化粧品を
使ってる方もいるようですが、若い頃は
過剰なケアでゆくゆく肌力のない
大人となってしまう恐れが!!

でもやはり20代、出産後などは水分
と油分を必要な量、それぞれ補給合
てあげましょう！肌は人体最大のバリア
機能です。甘やかすぎてもダメ。(おぼ
らかしすぎてもダメ。

肌と会話

鏡を毎日見えますか？一年中肌の質は同
じではないです。一ヶ月でも違う。調子
悪い時、生理の時、元氣モリモリな時
同じケアではなく、時には「少なく、時
には「多く」などスペシャルケアで自分の
人体最大のバリア機能を生かして
あげてください!!

ナ)

成分をナ化した化粧品は、ちよと怖い
です。肌への浸透率が高いと言われます
が、化学的に操作されたナ成分はは
たしお肌に有効なのか？私は試す勇
気がないなあ...

サ、お肌食事!!

ガン大国日本。「食べ物でガンだか
ら人もガンになる」
「サリと来るフルーツ」
ですが、否めません...。では逆に
「食べ物で元氣なら人も元氣になる」
体もお肌も!!
「化粧品が正常な肌を整う！」
紫外線、大気汚染、色々なものから
バリアしてくれている日本女性の
お肌に良質な水分と油分を ~ め

Natura Moon ナチュラムーン

トップシート
コットン
100%

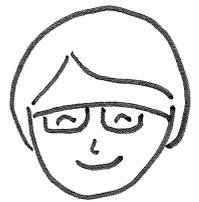
国内唯一

還暦を過ぎた私も "快適"、

オススメ生理用品

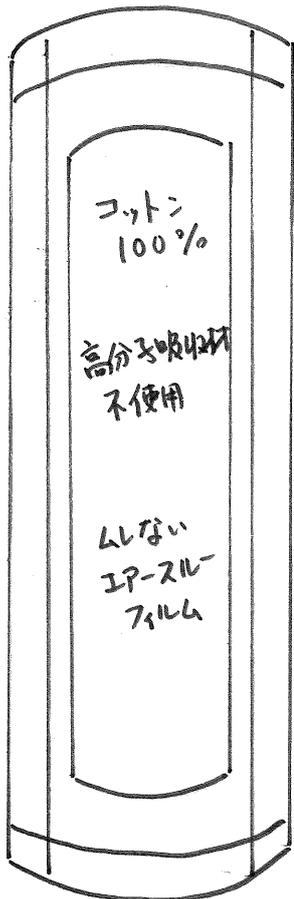
クシャミをした時、重い物を持つ時の安心に
使っています。(^^)

若い人もお年を召されたい方も、ぜひどうぞ♡



F. Yamashita

キルティングアプレスで
ヨレヨレ防止



ムレない

カブレ
にくい

あたた
かい

高分子吸収材不使用

- 高分子吸収材とは、水分を吸収するとゲル状に固まる石油化学合成品です。
- 医薬部外品の生理用ナプキンで「トップシートコットン」と高分子吸収材不使用を両立させたのは、ナチュラムーンが初めて。国内唯一の生理用ナプキンです。



かゆい
くまろちゃんか
目印!

一般の生理用ナプキンに使用される
高分子吸収材は経血を吸収してゲル状に固める
石油由来原材料で
ゲルの温度変化と共にデリケートゾーンからの
冷えの原因になるといわれています。
ナチュラムーンに変えるだけでホカホカ快適～

吸収体は綿状パルプ

♪ B型主婦 ♪
高橋のおススメ!

スタッフ仲間で大人気!

一度着用したら手放せません!

寒い冬もこれで体ほかほかに!

高レベル遠赤外線

アルファウェーブシリーズ!!



NUKUI インナー(黒)
¥7,800 (税抜)
M・L

綿とシルクの
素材が肌に
心地良い!
就寝時も
これで
ぬくぬくです!

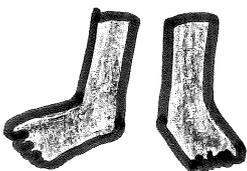
遠赤の効果で
体の芯からあたたまります!
血行を促進し、
冷え性改善に
おススメ致します!



スパッツ(チャコールグレー)
¥9,800 (税抜)
M~L・L~LL

軽くてよく伸び
丈夫です!
下半身を温めると、
全身もあたたか!

夏につい、冷たい物を
取り過ぎて、冷え性気味になり、
足が特に冷えていましたが、
スパッツとくつ下を着用して
快適です!



5本指ソックス(黒)
¥2,000 (税抜)
22~24cm・24~26cm

通常商品より
編み目が細かく、
耐久性に
富みます!

是非、
お試し下さい♪

サニスマイルのお野菜は捨てる場所がない！まるごと食べよう！

冬の寒さで旨みも生命力もキュッとつまった根菜をたっぷり使って体がホカホカになる

けんちん汁を作ろう！



今や一般的な家庭料理となっているけんちん汁ですが、その由来は、鎌倉の建長寺というお寺の修行僧がお豆腐を落として崩してしまったもので汁物を作ったことからお寺の名前を取って建長汁(けんちん汁)

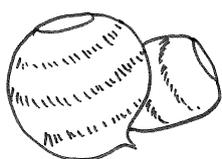
それがなまってけんちん汁となったとの説があるそうです。また、寺々の大ぶるまいのあとで出た里芋のくずや、タニ昆布の残りもの、椎茸、大根の切れ端や、シッポなど捨てるものをみな小さめに切り、ごま油で炒めてから柔らかく煮て、しょう油味にし、うす葛をといてとろみをつけた汁がおこりともいわれています。そんなことに想いを馳せながら、ていねいに作るのもワクワクして楽しいですよ！

材料... 里芋、大根、人参、ゴボウ、こんにゃく、油揚げや豆腐、
干しいたけ、タニ昆布、葛粉、生姜、長ねぎ、しょう油、ごま油など

作り方

初めに、里芋の荒皮をこそげ取って洗って切ってから塩をふりかけておきます。タニ昆布は、みんな食べられるように糸状に切り水に戻しておきます。椎茸は、水に戻してうすく切ります。戻した汁はあとでだし汁とします。人参は、豆莢をちよんぎらなくて黒いところだけこそげ取ってからかめのこたわでこすってきれいにします。大根と里芋は、少し厚めに切りそろえましょう。こんにゃくは指先でちぎります。ごぼうは、アクが強いので最後に笹がきにします。皮は、決してむがず皮を残すように水洗いします。先の方からさがきにしますが小さなヒゲ根もいただきます。もちろん水にさらしたり茹でこぼすようなこともしません。サニスマイルのお野菜は、全部安心して食べられるものばかりです。

野菜には、皮や皮に近い部分だけに多く含まれている栄養分があります。農薬を使ったものを使わざるを得ないときは、この限りではありません。



旬のものは、かぎ一番のりきったもの、その力をいただきます。

おやさいを切りそろえたら
お鍋にごま油 少々を熱して
ごぼうを入れて炒めます。次にこんにやくを入れ
次に水分の多い大根を入れて、里芋、芋類、油揚げなどを入れて
さらに、人参を入れてから 椎茸の戻し汁や昆布だしを入れて
火を強くします。
煮たら火を弱め、隠し塩をふりコトコトと柔らかく煮ます。
具が柔らかくなりましたらしょう油で味をととのえます。
生姜を少しすり入れるとまた風味が増えます。
葛を溶いて入れ、静かにかき混ぜて仕上げの味見をします。
長ねぎを小口切りにして散らして
熱いうちにいただきます。

具だくさんのけんちゃん汁は、翌日もまた美味!
お鍋にたっぷり作っておくと、根菜の旨味がしっかりと出て
これもまた、おいしいですよ♪

材料にあまりこだわらず、冷蔵庫の残っているお野菜で
作ってみましょうよ
れんこんの節の部分や、キャベツや白菜の芯の部分なども
みんな小さめに切って入れてみましょう。



頭から
しっぽまで
食べてね。
からだか
丈夫になるよ

2日目は、うどんを入れたり
すいとんにしたり。
おもちを入れてもいいですね。

スタッフ: にばやし

サン・スマイル自慢のお味噌

こんにちは、日向（ひなた）です。今回はサン・スマイル自慢のお味噌について紹介！！

サン・スマイルが直接農家さんから仕入れた無肥料自然栽培の原料を使用し、福井県にあるマルカワみそさんへ持込み、サン・スマイルだけのオリジナル商品を開発したこだわりのお味噌です！！！！

またマルカワみそさんの白味噌や豆味噌もサン・スマイルの原料を使用し、販売しております。



マルカワみその皆さん

マルカワみそさんは創業大正3年で100年を超える伝統ある会社で、日本で唯一と言われる自家採種の蔵つき麹菌を使う蔵元です。（チョー貴重です！！）

また蔵つき麹菌とは、日本の醸造製法の一つで昔から当たり前に行っていた製造方法で、天然醸造でお味噌を作っております。天然醸造って？？？どういう作り方？？？

天然醸造

天然醸造とは、味噌に加温をしない、指定された添加物を使わない、昔ながらの味噌の作り方で、その土地固有の気候風土の中で、自然に任せてじっくりと熟成させる製法です。冬に仕込まれたみそは、雪解けの春頃から徐々に気温が上がり醗酵が始まり、夏の高温で最高に醗酵します。高温になる夏が1年の内最も熟成の進む時期です。秋には下がり始め後熟が起こりおいしい味噌の出来上がりです。このように無添加で作られたものだけ表示することができます。サン・スマイルの帰りにスーパーに寄って天然醸造の味噌があるか探してみてください！！

無肥料自然栽培の原料

原料はもちろん無肥料自然栽培！！

大豆は無肥料自然栽培60年以上
北海道の秋場さん。

お米は無肥料自然栽培8年以上
宮城の成澤さん。

塩は天然海水100%の海の精を使用してお
ります。

この生命力のある材料で、オリジナルの
美味しい味噌ができあがるのです。

他の味噌との違い

普通のみその多くは2ヶ月から3ヶ月ぐらいで仕上げるものがほとんどです。お味噌な
どの発酵食品も熟成期間を短くするようになりました。昔ながらのお味噌を作るのに約
1年かかりますが、30度ほどの温室にお味噌をいれて、強制的に醗酵させれば約3ヶ月
ほどでお味噌が出来上がってしまいます。

例えるならば、加温栽培と同じようなもので、どんな環境や季節でも夏野菜のきゅうり
を1年中栽培するようなものです。

これに似たような形で現在他の味噌は作られることが多くなっています。

(余談ですが、大根に天然醸造味噌をつけて生で食べるのは最高！！大好き！！)

味噌を作る際、木桶を使用しており、発酵の微生物と塩気の影響で木が朽ちることなく
100年近くは桶が持ちます。しかし、大量生産には向いていません。現在は大量生産の
時代で、他ではステンレスの容器を使用するようになっています。

これだけこだわりがある唯一無二の味噌です。この味噌しか味わえない風味があり、最
近は料理することに目覚め、みそ汁を作りましたが、他の味噌と比べて格段に風味が違
います。みそには肥満の発生をおさえることができると本に書いてありましたが、実際
に10月に82キロありましたが77キロまで痩せました。(もちろん個人差はあると
思いますが)味噌汁のおかげもあり、(もちろん無肥料自然栽培お野菜も食べて)自分
のからだがかきれいになってきたと実感致しました！！「みそ汁は不老長寿の薬」など昔
ことわざなどで言い伝えられてきました。味噌は昔から日本人にはかかせないもので、
だからこそ昔ながらの伝統製法で作られているサン・スマイルみそは非常に貴重であり、
おいしい味噌なのです。無添加で伝統的な味、サン・スマイル味噌を、ぜひ一度お試し
頂き、皆さんもからだをきれいにしましょう！！

文責 日向皆夫



【募集】 【1/20 締切】 全国の無肥料自然栽培農家、関係者、

農福連携で無肥料自然栽培を行う運営者さんたちと交流会・懇親会のお知らせ！

●無肥料自然栽培勉強会は、10年ほど前から無肥料自然栽培生産者さん達が年に一度、情報交換をしながら横のつながりを持てるようにという想いで始まった勉強会です。

いまでは毎年北海道から九州まで約100件の生産者が集っています。

(現在の主催はサン・スマイルではありません) 会議自体は関係者のみなのですが、今年は1/28~開催なので、遠方から来られる方は前日入りすることもあり、1/27に交流会、懇親会を企画しました。



●自然栽培パーティーは全国の福祉施設にて仕事との場として農業を普及する団体で、農業の中でも無肥料自然栽培を普及させようとする団体です。2016.4月に立ち上がった団体ですすでに全国に50を超える施設が加入しています。この全体会議が1/27に都内で開催されます(関係者のみ)、会議の後の交流会、懇親会を企画しました。

この二つの全国規模の無肥料自然栽培に係る団体が期を一にしたので、このような機会は、まずないですし、初めての試みでもありますのでご興味のある方へも懇親会にて多く人脈を広げて頂いたり現場のお話を聞かれたりしてみても貴重な機会になるのではないかと考えています。無肥料自然栽培に興味がある方、福祉に興味がある方、現状を聞いてみたい!という方!職を探している方にももしかしたらいいきっかけが生まれるかもしれません。名刺や自己アピールの紙をたくさん持って!ぜひ積極的に交流をしていただけたらと思います!こんな機会はめったにありませんので!

限定100名様ですでお早目にお申込みいただけたら幸いです!

無肥料自然栽培勉強会 前夜懇親会/ 自然栽培パーティー全体会議 合同交流会懇親会

自然栽培パーティー全体会議にご参加されます皆様、無肥料自然栽培勉強会に参加されます皆様、ご興味のある皆様へH29年1月27日(金)懇親会のご案内です。呼びかけさせていただきましたのは自然栽培パーティー理事で無肥料自然栽培勉強会副実行委員の松浦智紀です。双方とも全国からの参加がある無肥料自然栽培に係る会合です。同じ時期に開催ですので双方の運営に関わっている松浦が事務局として合同懇親会をご案内させて頂きました。

福祉と農が更なる結びつきを持つことによって新たな時代を切り開くきっかけ、出会いの場になったらと願っております。会場の段取りを埼玉の3552食堂 成田大治郎氏に尽力いただいて実現します懇親会です!初めての試みの合同懇親会!皆様のお申込みをお待ちしております。

ますますの横のつながりが生まれ、無肥料自然栽培が確実に永続的に定着しますように!

日: H29年1月27日(金)

時: 18:00~21:30 (17:30開場 / 入場時が混雑予想されますのでお早目のご来場お願いいたします)

場所: ヒズギント 新宿三丁目 <https://tabelog.com/tokyo/A1304/A130401/13041898/>

東京都 新宿区 新宿 3-4-1 東新宿ビル 7F

新宿3丁目駅 地上出ず 「C3」出口 ルノアールさん左奥 直通エレベーター7階

参加費: 6,500円(税込・飲み放題) 立食 (自慢のお酒持込みOK!) 募集人数: 100名

締切: H29年1月20日(金) 参加条件: 無肥料自然栽培、農福連携に係る方、興味のある方

支払方法: 現地清算(会場入り口にて領収書ご用意しております)

キャンセル: 1月20日までのキャンセルは、キャンセル料はかかりません。

1月21日(土)以降のキャンセルは4,500円(税込)頂戴いたします。振込手数料はご負担ください
(キャンセル料の振込先: ジャパンネット銀行 本店営業部 普通 5593489 ユ) サンスマイル)

お問い合わせ/お申込み: サン・スマイル 松浦・日向 埼玉県ふじみ野市苗間1-15-27

電話 049-264-1903 FAX049-264-1914

ms@sunsmile.org

1) 団体名 2) お申込み代表者様名 3) お申込み人数 4) 連絡先お電話番号 を記載の上、
FAXもしくはメールにてお申し込みください。

★「自然栽培パーティー」は一般社団法人 農福連携自然栽培パーティー全国協議会の愛称で、障がい者施設における就労として無肥料自然栽培を行うことを普及する団体です。

★無肥料自然栽培勉強会は年に一度開催の、全国の無肥料自然栽培実践者、

また関わる方々の勉強会です。(懇親会でサン・スマイルの利益はありません。ボランティアです。念のため)

1月16日(月)

アスクラお料理教室 参加費 4,000円
オリーブオイルの本当の使い方

オリーブオイルが宝の
持ち腐れにならない様！
オリーブオイルの食べ比べも
します！



忙しい毎日にお役立ち！宅配野菜

無肥料自然栽培や固定種を優先に農薬を使用
していないお野菜等、その時々で一番おすす
めのお野菜をセットにした宅配セットを全国
配送しています！店内の食材・加工品等も一
緒にご配送可。お試しもできます！Sサイズ
2,150円(送料込・税別)～ ぜひどうぞ！

毎月30・31日が営業日の場合

ポイント3倍です！

ポイントは100円毎に1円分の現金ポイントが加算
されています！毎月30・31日が営業日の場合は3倍
加算されます！（クレジット
払いまたセール中はポイント対
象外です。）ポイントはレシー
トの下に表示されています。
1円分からご利用頂けます！



メール会員登録

サン・スマイルのメール会員登録

mail@sunsmile.org

本文にお名前と「メール会員希望」とご明記の
上送信下さい。店頭でもお受けいたしてあり
ます。年末年始や臨時休業のご案内。臨時特売
品やイベントのご案内など配信してありま
す。しつこいメールの配信は致しません。
ご登録の際は次のドメインを解除してくださ
い。@sunsmile.org おまちしています♪

次回の「ともの会」「子育ておしゃべり会」



ともの会 29.1.17(火)
子育ておしゃべり会 29.1.24(火)
10:00～12:00 参加費500円(税込)
店内奥リビングにて



ともの会は代表松浦と、子育ておしゃべり会は店長本道とのお話会。食や健康、環
境など毎日の生活を話題にし掘り下げていきます。毎日の暮らしが楽しく笑顔であります様子子どもたちの将来が明るく健康
的でありますように。それには『今の暮らし』を考えてみるのがとっても大切。本などで勉強するのももちろん大切で
すが、みんなでおしゃべりしながらはまた楽しいですよ！お待ちしております～

駐車場のお願い

お車をお隣の不動産 MAST 様の前に路駐しない様よろしくお願い致します。反対のお隣も民家
ですのでご配慮をお願い致します。

専用駐車場

お店の斜め向かいに12台分の専用駐車場がございます！