



10月に行なった美staの寛知夏先生の「姿勢勢セミナー」は年齢問わず美と健康意識の高い女性が集まりました。ボディバランスを崩すメカニズムを勉強し、骨盤の歪みは万病のもと!という事が分かりました。運動をして筋肉を作る事も大切ですが体の基礎である骨盤や背骨が歪んでいては意味がないそうです。詳しくは「美sta」へ男子禁制なのでぜひ奥様にお勧めです★  
美姿勢で気持ちのよい毎日を♡



プロポーションカイロ&エステ美sta  
0586-61-1477 完全予約制 女性限定

美sta 一宮

検索

コーヒーマイスター木野先生の「コーヒーをもっと美味しく飲む講座」は先生の淹れ方を見て自分達でコーヒーをドキドキしながら淹れました。普段なかなか飲めないランクアップのコーヒー豆4種類のコーヒーの味比べをしました。豆の種類、焙煎、道具、淹れ方すべて味の違うコーヒーを楽しめました。とてもいい香りで毎日のコーヒーライフが楽しくなる講座でした。3月23日にチョコレート講座を行います。詳しくは裏面をご覧ください★ご予約お待ちしております。



年末年始に新潟へ帰省しました。愛知へ帰ってきてから新潟が大雪になり、忙しい朝に電車やバスがまったくまない状態になり新潟の母は1時間半かけて雪道を歩き会社へ行ったそうです。ついに新潟の上越市は世界豪雪都市ランキング1位になってしまいました。(9.66m)都市としてランクに入らない新潟の津南町では13.4mとさらに雪が降っています。寒い新潟に比べ愛知は青空の日が多く気持ちよくて南国のように感じる時があります。毎日歩きやすく、暖かい日は外で遊ぶ事に感謝して毎日過ごす日々です。-宮loveです(´▽`)



有限会社 五藤住建

一宮市奥町字神田31

0586-61-0236