

# 天華通信

熊本県玉名郡長洲町長洲 2168-55 (長洲港有明フェリー横)  
tel : 0968-78-1122 hp : <http://www.tennka.com>

第3刊

7/11発行

## お知らせ

7/1～ “友達ポイント30%off” を開催中。

ポイントカードをお持ちのお客様で、新しいお友達と一緒にご来店いただきますと“友達ポイント”を通常のポイントに加えもう1つお付けしております。

また、“友達ポイント”が3つたまりますと、30%offのチケットも差し上げておりますので、是非、この機会にご家族・お友達とお誘い合わせの上ご来店下さい。

## 健康の千恵袋・・・7月のテーマ “夏バテ・疲労”

夏バテ・疲れ対策として効果的なのは、  
ビタミンB1と糖分量をしっかりととり、体を温めて血行をよくする

脳や筋肉をはじめ、全身を作っている60兆個の細胞のエネルギー源は糖分量である。したがって、糖分量が不足すると、ふるえ、脱力感、しびれ、冷や汗などの症状が出現し、ひどくなると失神を起こす低血糖発作が出てくる。(中略)人間の活動に一番大切なのは糖分量であり、その糖分量を効率よく利用・燃焼してくれるのがビタミンB1である。さらに体を温めることにより、全身にそのエネルギーがいきわたるのである。

参考:『「体を温める」と病気は必ず治る』石原結實著

疲れたときは、いつもこちらに伺います。しっかり汗をかくとス〜と身体が軽くなったようで疲れが吹っ飛んじゃいます。 女性

仕事で疲れがたまると、岩盤浴に入り、癒上がりにヨーグルトムースをいただくことが私の楽しみです。 女性

### 店長コメント：

なかなかまとまった雨が降らず、ジメジメした日が続いておりますが、体調を崩されていませんか？ そんな時は、岩盤浴で極上の汗をかいてスッキリサッパリ！私は失恋しても、汗を流してスッキリ、キッパリ！次へGO！！