



12月の中の新刊 七折  
 ちなみに買ったマンガは  
 「老犬とつづき」



「読んだよ」という方もいらっしゃるかと思います。大好きな4コマ漫画。くあっと笑って。そうそうとうなずとおち。皆様は「もう12月かあ」あるいは「もう百年かあ」どちらに共感？私ほどどちらも感じています。このおにやりが届く頃8日にちよびは 柳原商店街冬まつり が開催されます。ファミリーマート〜岡本歯科さままで通行止めになり。もちき、屋台、いろいろなブースが出ます。うちは、重労働愛護団体 フェリッシュさん、個人ボランティアねまるさんと共に出店します。活動の紹介やフェリッシュグッズ販売など。わいちゃん、ネちゃんも参加しますがぜひ遊びに来て下さい。猫好きじゃなかったのですが、セイちゃんを預かったことで御縁ができました。最近買った本(マンガ)の帯に「愛犬というのは、愛が犬のかたちをしているという意味です」と書かれています。即買い。感動したわー!! 名言だわあー!!」という私に家族はドン引きです。犬猫サグリ・漢方茶・フェルトドットシート・ネーパールの子あまかインクなど販売します。どうぞよろしく。



「豊磨区きたら健康貯金」と知見学会で講師が言うといました。

CKD(慢性腎臓病)に聞いたことありますか? 症状なく知らぬ間に進行している隠れ腎臓病。現在患者数1300万人。予備群を含めると2000万人とも(8人に1人割合) 生活習慣病 + 腎臓自体の病気 + 加齢が原因です。東洋医学では 補腎 という考え方があり、腎を守ると、元気になることが 老化を遅らせると考えられてきました。現代医学でも、腎臓は、血液中の老廃物を取り除いて尿を作るだけでなく、血圧を調整する・体内環境を一定のバランスに保つ・ビタミンD活性で骨を丈夫にする・血液を作る働きを助ける機能と共に、全ての臓器とネットワークを作っていることがわかっています。肝腎連関・心腎連関・脳腎連関・骨腎連関・肺腎連関・腸腎連関 - という言葉が出てきました。これは、そもそも東洋医学の五行色体表が全てあらわしています。腎を守るとは、長期継続。1.2週間でも目に見えて結果が出るものはありません。早くはじめて長く続ける。人生百年時代、いつはじめても遅くはない。あとあと、差が出てきます。補腎薬 - とってもおもしろい昔の人の不老不死への熱い気持ち伝わります。〜こしもありがとうございます。