



元気の島の

もりたんよま話

8月10日

先日、京都の天橋立観光に行きました。
生まれてからずっと関西に住んでいるのですが
初めて行き「天橋立」を見て海へと続いていく
道になっていて本当に感動しました
前屈姿勢で足の間から景色を見ると空へ続いていく
道になっているように見えると言われて



楽しみになって、してみると... 体が硬すぎて
本店 どうしても見ることができませんで泣泣!!
小柳美樹 残念でしたがとても楽しかったです。

レポートロー

猫背と腰痛をなおすために「ヨガ」を
始めました。〇〇とは言っても教室に通うわけでは
なく... 空いた時間に😊健康に良いと言われ
ているのでまずはやってみよう! と気持ちから
友人とグループ作成しました。続けば体もラク
なんだろうと思います。周りからは「スポ
ばかして運動バカがヨガ!!??」と
バカにされています。(笑)



西淀川店
大山実華



STOP! 夏バテ 背中ゾクゾク

涼のプレゼント～ りお母さん

毎年8/3 徳島のワジキで無料の野外
ライブが開催されています。ほぼ毎年夫と
(以前は家族で) 参戦していますが、歌、踊り
和田と直立不動で平拍子の夫... 楽しいのか? と
思うのですが、帰りにはいつも楽しかったねと
言うので、まあいいか! と今年も
参戦します。救護テント行きに
ならない程度に頑張ります!

堺店
和田礼子

