

# ★ 冷え症改善元気に冬を乗り越えよう ★

寒さが厳しい季節がやってきました。冷え症の方には辛い時期ですね。冷え症は、女性特有の症状ではなく、男性(特に高齢の方)でも悩んでいる方が多く、原因として高齢による筋肉減少やストレスによる動脈硬化など生活習慣病によるものが多く報告されています。

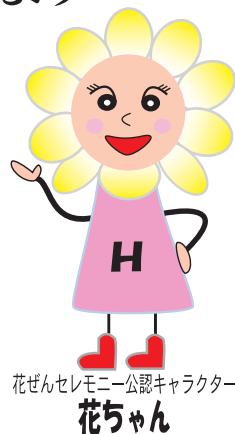
## そこで！！

### 【毎日の習慣に取り入れたい改善法】ご紹介します

#### 1 朝起きたら、まず《白湯》で体を温めよう♪



体温より少し高い白湯をゆっくり一杯飲む事で体内が温まり、腸管が活発に働き出し、代謝が上がり冷えにくい体質へと改善されます。



#### 2 冷え症改善食材♪

- ①寒い時期に取れる食材(小松菜・みかん・くるみ・あずき・たら・ぶり)
- ②寒い地域で取れる食材(りんご・さくらんぼ・ぶどう・たまねぎ)
- ③色の濃い食材(そば・黒豆・黒ごま・かぼちゃ・黒砂糖・玄米・羊肉)
- ④味の濃い食材(えび・ニラ・にんにく・生姜・味噌・醤油)
- ⑤土の中で成長する食材(にんじん・山芋・ごぼう)



#### 3 オリーブオイルで温め効果倍増♪

温かいものと一緒に摂取する事により、オリーブオイルが胃の中でフタの役割をし、長時間体の中を温めてくれる作用があります。



※冷え解消のためにオリーブオイルを摂取する際のポイント！！

- ・必ず、温かいものと一緒に摂取しましょう
- ・新鮮なオリーブオイルを使用しましょう

本格的な冬を迎える前に、体の中から冷え対策を是非試してみてください。皆様、寒い冬を元気に乗り越えましょう！！

(有)花ぜんセレモニー会報誌

# 花だより

F・クラブ会員

平成28年11月発行  
発行：冠婚葬祭 **第9号**

(有)花ぜんセレモニー  
川口市栄町2-1-22  
TEL 048-255-8841  
FAX 048-255-0447  
E-mail info@hanamony.net

いつも花だよりをご覧頂きまして、ありがとうございます。

New

## 花ぜんセレモニーHPがリニューアル

ホームページ



プラン別にご案内



見やすさを一番に重視した新しいホームページでは、プラン内容はもちろん、葬儀の流れ・式場内の様子・葬儀の供花からお祝いのスタンド花まで載っております。

分かりやすく見やすい



大切な方へ贈る思い・・・  
あなたの目で  
お選び下さい

スマホにも対応しました



QRコードを読み取るだけで、ご覧いただけます

花ぜんセレモニー 検索

12月3日・4日に人形供養祭を開催いたします！！  
供養料無料・あたたかい豚汁もご準備しております。 ※詳しくはWebで



# 川口ストリート ジャズフェスティバル

10月10日 ”川口ストリートジャズフェスティバル”  
が開催されました。



★コミュニティプラザ

それに伴い川口駅周辺では各ステージが設けられ、駅前を始め商店街やショッピングモールなど、12のステージで様々なジャンルの方々が演奏され、当社の前も会場となりフォークソングなど演奏が行われました。



★花ぜんセレモニー前

当社は地元川口市で花環業から創業し、おかげさまで創業50年を超え地域の皆様と共に歩んでまいりました。今後も地域社会に貢献できる企業を目指してまいります。

地域と共に56年～  
これまでも・・・これからも・・・

## 地域の皆様と 花ぜんセレモニー



ステージ横では、栄町1丁目のビーズカフェが当日限定の**ストリートビーズカフェ**をオープン。



★イタリアのカフェテラスをイメージ

まるでイタリアのカフェテラスの様な雰囲気の皆様をお出迎え。

マスターのコーヒーを飲みながら、美しい音色と共に、心安らぐ時間をお過ごしいただけたことと思います。

ポップコーンも販売いたしました。  
皆様、美味しいと召しあがっていました



★花ぜん事務所前

# 川口神社 神幸祭

10月23日 川口神社神幸祭が開催されました。  
2年に一度の神幸祭では、各町会の神輿がキュポラ広場に集結しその後、各町会ごとにその地域を練り歩きました。



★本町大通り



★川口神社前



★花ぜんセレモニー前



★キュポラ広場



★町会の皆様と・・・

大きな掛け声と共に、花ぜんセレモニー前にもお越し頂き、町会の皆様と一緒に御神輿を担ぎました。

