

## 耳より情報パート1

11月1日 東我孫子資料室にて

健康リフォームフェア開催

今回は、健康をテーマに体により物ばかりをご紹介します！  
14:00 より日本トリムの電解還元水のデモンストレーションを行います。体内の活性酸素、水素を除去するおいしい+体にいい浄水器のご紹介です。目からうろこのお話ばかりですので是非ご参加下さい。

又、今月より 200 万円以上の工事ご成約の方先着 10 名様  
に新型インフルエンザを 100%分解・除去する空気清浄機  
(加湿機能付)をプレゼント!!  
(予約殺到でなかなか手に取らない商品ですので 10 名様分  
しか確保できませんでした)

## 今月の注目リフォーム(つくば市 I 様邸)

担当: 神田、飯笹

築 50 年の古民家を大改築しました！  
奥様から嬉しいコメントを頂きましたので掲載致します。  
『リフォームって必ず何か1つは「あーすればよかった」と後悔する事があるものだと思っていましたが全くありませんでした。私が好き勝手に希望を言ったものを何度も何度も検討して下さい、いかにうまく実現して下さいのか、いかにうまく噛み砕いて形にして下さったのかよくわかり大感激しました。本当にリピート率 90%の山陽さんです。うちは確実にリピートします。父も「リフォームを考えている人を全員紹介してやろう」と言っています。本当にいい出会いだったなあと思う次第です。』 <After>

<Before>



## 耳より情報パート2

秋風が肌に心地良い季節になりましたね。  
ウォーキングをしながら紅葉を楽しんでみてはいかがでしょうか？

《ウォーキングの全身効果》

- ◆ 足腰を強化する…足腰の筋肉が強化され転落予防などの健康維持・増進につながります。
- ◆ 心肺機能が向上する…心肺機能がパワーアップし、酸素や栄養などの循環がよくなります。
- ◆ 肥満を防ぐ…大量の酸素を体内に取り入れることで、効率よく燃焼します。
- ◆ 血液の流れがよくなる…血圧が安定し、高血圧を抑える。善玉コレステロールが増え、高脂血症・動脈硬化を防ぎます。
- ◆ 美肌を保つ…有酸素運動により新陳代謝が活発になるので、肌を若々しく保ちます。

