

子育て奮闘中～  
みきティーママの

教えてすいちゃ～ん!

Q. 精透水は生水なの？

A. そうだよ。煮沸してない天然の生水なんだ。

Q. お水は常温で飲むと体に良いのはなんで？

A. それは、胃腸に負担をかけないためなんだー。

Q. 精透水はなにに効くの？

A. お水は薬ではないので「○○に効果がある」という表現をしてはいけないんだよ。(薬事法により)

ただ、人間の体の60～70%は水分だからね、ミネラル豊富でキレイなお水を飲むと、体に良いんだよ。

Q. へえ～そっか。自分で水汲みすることで気をつけることはない？

A. できるだけ暗くて涼しい場所に保管し、1週間以内に飲むのがいいかな。そしてそして…

清潔な容器でお水を汲んでね!

おいしく飲んでもらう為のすいちゃんからのお願いです☆

元気に  
すくすく  
成長中～♪



や、やめて～!

私の妹も娘と同級生の男の子を出産。  
9ヶ月離れていますがBIGBOYなので  
同じ位の大きさなんです!  
会えば力の加減がわからないながら、  
ハグしています♪

(嫌がってるように見えるけど!?)  
毎朝起きたら常温の精透水を飲ませ、  
ご飯とお味噌汁を欠かさず食べている  
せいか風邪を引きません!  
「早寝・早起き・朝ごはん」  
おすすめ健康法です。

## 伽藍源泉限定! 水の日無料キャンペーン

毎月、第3水曜日に30L無料キャンペーンをおこなっています♪

< 今後の日程 >

日にち: 10月19日(水)・11月16日(水)・12月21日(水)

時間: 12:00～17:00

※無料キャンペーンは伽藍源泉のみで行っています。  
市内スタンドでは行っていませんので、ご注意ください。

容器ご持参の上、ぜひお越しください

## Blog ~ちょこっとご紹介



『秋の過ごし方』をテーマに  
スタッフブログリリーススタート☆

まずは、相変わらずアクティブ過ぎる  
ゆきぽんからです。  
スポーツ&芸術の秋ですね～♪

☺アドレス☺ <http://srnetwork.co.jp/index.php>



チャーリーふるかわ 51歳

息子も巣立って子育てひと段落。  
休日は妻と一緒に両親の顔を見にいたり、カフェめぐり。  
おやじギャグで周りを凍らせているけど気にしない気にしない。  
だんだん過ごしやすくなってきたし、  
自転車でブラブラしてみようかな〜。

# チャーリー吉川の ちよい旅日記



くる〜系島

## ①元寇防塁

文永11年(1274)蒙古襲来を受けた鎌倉幕府が建治2年(1276)に再度の襲来に備えて築いた20kmに及ぶ石築地(いしついで)の跡。  
今津地区の防塁は約200mに渡って復元されています。  
実際に足を運ぶとまさに歴史を肌で感じる事ができますね。少し思いにふけてしまいました。



②パームビーチ (PALM BEACH)



②パームビーチ (PALM BEACH)

朝一番芝生に寝転がり目をつぶって心静かに…。  
波の音に癒やされました。  
少しお腹がすいたので軽食を。  
スパムおにぎりを一口食べると10年前に社員旅行で訪れたハワイの思い出がフラッシュバックしました。  
ここは福岡のハワイやね☆☆☆  
「Aloha〜!!」

