

# ながた整体院便り 2024年 1月号

明けましておめでとうございます。

この1年が健康に過ごせますよう  
皆様の健康の為に今年も頑張りますので  
よろしくお願いいたします。

新年よりあたたかな日が続いていますが  
油断は禁物です。  
体調には十分にご注意を・・・！！

当院は一人ひとりのお客様に真剣に対応させていただくため、  
完全予約制とさせて頂いております。  
ご予約はお電話にてお願いいたします！



ながた整体院  
愛知県長久手市香桶1420番地 院長 永田淳士  
TEL : 0561-63-2335  
HP : <http://www.nagata-seitai.com>

## 大豆の甘辛揚げ

まちがえなく  
美味しいっ！！

【材料】

- ・ 蒸し大豆 1袋 100gくらい
- ・ 片栗粉 大1
- ・ いりごま 大1
- ★ さとう、しょう油 各大1
- ★ 酢 大1/2

- 1 ボールに大豆と片栗粉を入れまぜる。
- 2 ①を7割めの油で揚げ焼きにする。
- 3 ★を絡めて、いりごまをふりかけて完成！！

④ 4x4x4

## 《知ってる??》卓球台やボールの色を変えた??

今となれば人気のスポーツ卓球!  
しかし昔は少し地味なイメージが...  
1980年代後半でのTV放送中に  
タモリさんが卓球に対して  
『根暗だよねー!!』と一言。  
そのイメージを払拭するために、  
まずは卓球台、そしてボールの色を  
色鮮やかなものに変えたそうです!!



なぜ? なぞ? Q 監視カメラにいつも映っている  
動物2匹 だあ〜れた!!  
④ 大豆の甘辛揚げのころを採りね!

## 日本全国紙旅

### 【未来食堂】

静かな  
山の中の  
素敵な  
食堂

山支阜県 関ヶ原

グマの情報が  
『ぎゅっ』と  
つまった  
テーマパーク!!!

胡麻の郷

tel 0584-43-2717

tel 0584-43-0073