

ながた整体院便り 2024年 9月号

9月になりました。
季節は秋ですが、まだまだ暑い日が続きそうですね。
皆さんお元気でお過ごしでしょうか？

夏の疲れがでる頃でもあります
行楽の秋、スポーツの秋ともいわれます。
少しずつ身体を動かしてみたいはかがでしょうか？

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>

日本全国紙旅

長野県 天龍村

『木のテラス』
緑いばいな
木の中で
過ごすのは
とても気持ちいい！

『おきよめの湯』
無毒の星たきか
あなたをむかえてくれるよ
すべすべになる温泉！！
馬車道も 美味しいよ！

TEL 0260-32-3737

ホクホク さっくり のり×長芋 火焼

材料

- ・長芋 300g
- ・塩こしょう 適量
- ・のり "
- ★しょうゆ 大2
- ★酒 大1
- ★せう 小2
- ★いんげんこぶ 小2
- ・バター 10g

1. 皮をむいた長芋を車輪切りにして塩こしょうをのりを巻きつけます。

2. フライパンにバターをとかし入れ、1を入れてこんがり火炙りしていきます。

3. ★を入れてからめたら完成！

《知ってる??》 コーヒーに〇〇を入れるの？

北欧でコーヒーに入れられることが
ある意外な食べ物..... それはチーズ
このチーズはレイバーストと呼ばれ
焼いて作るチーズで、コーヒーの熱で
ゆっくり溶けることで独特の風味
を楽しめます。
この組み合わせは、一見奇妙に思え
ますが、試してみるとクセになるおいしさ！

チーズ!!

1
2
3
4

コーヒー
入れたよ!!
何、
入れた??
今日はなにかな
おいしいのよ

なぜ? なぞ? Q 日光はまだまだ 雨は小たまり
では、とくいげな笑顔は なにまり??

A. のり×長芋火焼のところにありよ!