

# ながた整体院便り

## 2024年 7月号

7月になりました。  
いよいよ暑い夏がやって来ます。  
水分補給や塩分も摂るように心がけてください。

十分な睡眠や栄養にも気を付けて  
元気に夏を乗り越えましょう。

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>

### 簡単ヘルシーチキンナゲット (M)

((材料))

- ・とりひき肉 200gくらゐ
- ・木綿豆腐 150g
- ・片栗粉 大3くらゐ
- ★しお・こしょう 適量
- ★にんにくパウダー

- ① とりひき肉と豆腐に片栗粉と★をかけてフライパンの中で材料をすべて混ぜる。
- ② チキンナゲットのようなカタチにする
- ③ こめ油等、油を多めにかけて火をつけて両面しっかり焼いて

完成!!

### 日本全国紙飛行機

兵庫県南 淡路!!

高級魚釣りに来い!!

お馬さんと一緒に海へ!?

じゅのひれ アウトドアリゾート

あーパークもたのしめる

イルカさんとながた!

大人の人も子どもも 夢のような1日が 過ごせちゃう!!

み宿泊もOK!!

Tel 0799-52-1487

### 知ってる??

虫の正しい数え方は...?

正解は... 「頭」1頭... 2頭...

西洋の動物園では生き物の全個体数を「head」で数え、そのうち、昆虫学者たちも虫の個体に「head」を使うようになったのです。いずれにしても、慣用的・専門的に数える以外には、昆虫の一種として「匹」で数えるのが一般的では「ありそうですね」

ふのねえ	顔だった	そーゆー	よくみよ	私の数え方
ん	3	1	4	2
こたえこー	ちよとー	ちよとー	ちよとー	私の顔よ!!
ヒントは	私の顔よ!!	頭よ!!		

なぜ? 時計がはいているたばものた〜んた?!?

① こたえはお豆衛さんのちかくにあるよ