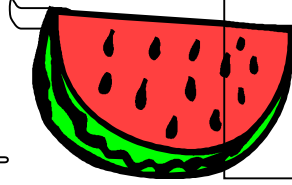


都府県 通信



お届けしたのは・・・

<アフラックサービスショップ> 都ファミリー有限会社

617-0002 京都府向日市寺戸町小佃14

イオン向日町店4F

TEL:0120-060-069

FAX:075-921-8826

ショップ6周年記念感謝の気持ちを込めて、ボールペンを、同封させていただきます。ぜひ使ってください。

夏のむくみ対策

夏は1年で一番気温と温度が高くなり、体内に熱や湿気がこもりがちに。この湿気のために、消化器官が弱まり消化不良を起こしがちで水分の代謝も悪くなります。そのため、余分な水分が上手に排出できずむくみへとつながるのです。

利尿作用が高い食材

はるさめ；熱を収め夏バテ予防に
小豆；便秘、肌荒れにも
なす；血流改善にも。老化防止
山芋；疲れ、だるさも改善
冬瓜；免疫力アップ
きゅうり；熱を収める



胃腸の調子を整える食材

とうもろこし；コレステロール下げる
アスパラガス；代謝上げ、免疫向上
黒豆；水分代謝を高め血の巡りよくする
はと麦；代謝力アップ、イボ取り

7月になり、夏本番、暑さ厳しい日が続きますが、いかがお過ごしでしょうか？プールや海など、ご家族で、楽しい予定の計画されてる方も多いでしょうね。水分補給に気をつけながら、楽しい夏をお過ごしください。いつでも、イオンに、涼みがてらお越しください。

関西圏 海水浴場・プール人気ランキング

- 1、 スパワールド 世界の大温泉「スパー」
- 2、 竹野浜海水浴場
- 3、 白良浜海水浴場
- 4、 亀岡運動公園プール
- 5、 服部緑地 ウォーターランド
- 6、 太陽が丘ファミリープール
- 7、 浜寺公園プール
- 8、 尼崎スポーツの森ウォーターパーク「アマラゴ」
- 9、 弁天町プールズ



名義変更・改正改名・受取人変更・口座変更・住所変更・解約手続き・給付金手続き・保険の見直し・ご相談・ご紹介など。。いつでもお気軽にご連絡ください。