

都ファミリー 通信

安心の人生をサポートさせていただきます。
あなたのお役に立ちたい都ファミリーです。

お届けしたのは・・・令和5年 4月

<アフラックサービスショップ> 桂駅前店

都ファミリー有限会社

〒615-8074

京都市西京区桂南巽町 152-1

TEL : 0120-060-069

Aflac

<https://miyako-f.com/>

「涙活」で癒しの時間を

涙には、目の表面を潤す働き「基礎分泌の涙」
刺激から目を守る「防御反射の涙」、心が動いた時に流す
「情動の涙」があります。心が動いた時に泣くのは人間だけ
です。リラックス効果があります。

副交感神経に切り替わり、心身に良い変化が起こります。
涙もろいのは豊かな経験の証であり、自分にぴったりの
泣き方を見つけるといいでしょう。
泣いたあとは一人でゆっくり休めるとリラックスを維持でき
ます。笑うことも手軽なストレス解消法になります。

普段は笑いを心がけて元気に、一気に癒されたい時は泣いて
スッキリと組み合わせるのも効果的です。

- ポイント1, 心と体がリラックス
2, ドラマや歌など泣き方は自由
3, たった一粒でも OK



～お知らせ～

コロナウイルス防止対策として、当ショップでは、引き続き、スタッフによるマスクの着用、
飛沫感染予防アクリル板の設置、アルコール消毒液等、感染拡大防止対策をして営業して
まいります。

ご迷惑をおかけしますが、ご来店のお客様もご協力のほど、よろしくお願い致します。

☆予約制ですのでご来店の際は、お電話もしくは、都ファミリーのHPのお問合せ
フォームよりご予約下さいね。 <https://miyako-f.com/contact/>

☆お車でお越しの方は、お店に駐車場の地図を用意しておりますので、
わかりにくい場合はお尋ねください。

☆住所や受取人、口座などの変更をされたい方、ご結婚された方、等々、
いつでもお気軽にご連絡ください。ご訪問もさせていただいております。
ぜひお知り合いなど、お気軽に当ショップをご紹介いただければ幸いです。

