

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 1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/>

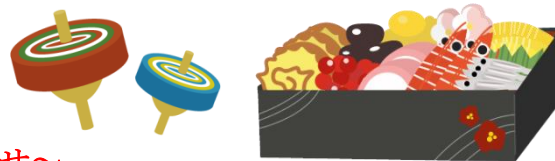
よくかむは元気の秘けつ

口には命の源となる働きがつまっています。
積極的によくかむことを心がけ、かむ回数を増やすことが
健康への近道となります。

よくかむことで消化を助け、脳を活性化させることができます。
認知症、がん、うつ予防にもつながります。

1口30回がよくかむ目安ですが、とても難しいので、早く
飲み込まないことを意識し、食事の時間をゆっくりとることが
大切です。

食後には、ガムやグミなど、仕上げそしゃくも効果的です。
口を大切にし、よくかむ習慣を身につけることが、年老いても
健康で元気でいる秘けつになります。



～年末年始のお知らせ～

12月29日(木)～1月4日(水)まで年末年始休業と
させていただきます。ご迷惑おかけしますが何卒よろしく
お願い申し上げます。

～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、飛沫感染予防アクリル板の設置、
・マスクの着用、・アルコール消毒液等、感染拡大防止対策をして営業しております。
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、よろしくお願ひ致します。

☆予約制ですのご来店の際は、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ね。 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。



新年明けまして、おめでとうございます。
今年の抱負はいかがでしょうか？
今年も、感染対策を徹底しながら、元気に営業して
まいります。貯蓄性商品もございます。ぜひお気軽に
ご相談ください。本年もよろしくお願ひ致します。