

日本でもリオでも暑い日が続いています。みなさま健やかに過ごしてはいかがでしょうか。そして台風もトリプルでやってくるのか！？

●純朴で働き者なだけでは、この先の人生、思いやられるぞ！と、はたと思い、まったく違う道を歩み始めた青年の物語を「なりわいのかたち」に掲載しています。

●「なりわいのかたち」でご紹介したリンパ療法士の芦川先生の無料講座が開催されます。グッドエイジングするために、食事や生活習慣で気をつけること、セルフケアの方法などを教えていただきます。

かなり詳しく濃い内容になると思います。誰でも「いま」体験中のエイジング。いっしょに楽しく学びませんか！

→詳しくは下記をご覧ください！

☆区民企画講座(企画協力ノ：なりわいプロジェクト)

【ヘルス・ライフ・バランスでグッドエイジング】(参加費無料)

リンパの流れ、健康的な食生活、自分自身の体の声。

自分と向き合い心と体の声を聞き、10年後の健康でイキイキした生活を手に入れるために今日から実践できることを学びましょう！

<お申込みはこちら>

<https://www.city.adachi.tokyo.jp/sankaku/2809health-life-balance.html>

日時 9月3日(土) 14時~15時半

場所 エル・ソフィア(梅島駅徒歩5分、足立区梅田七丁目33番1号)

【なりわいPJブログ】

●元女子たちのなりわい

<http://ameblo.jp/tenkakeru/entry-12192372673.html>

【なりわいのかたち】

●「ナニワ金融道」が「しくじり人生」脱却の道しるべに

<http://blog-nariwaijob.jp/blog-entry-51.html>

2016.8/21

配信不要の方は、以下アドレスまでご一報頂けますでしょうか。

配信に関し「いかがなものか」とのご意見がありましたら、お寄せください。改善に努めたく思います。

またご質問等がございましたらお気軽にお知らせください。

.....

なりわいプロジェクト

古怒田 悦子 tenkakeru@gmail.com090-8087-8484