

謹んで
新春の
お慶びも
申しあげ
ます

皆様にとって、笑顔溢れる
素敵な一年になりますよう、
心よりお祈り申し上げます。



花咲新聞



2014年
1月号



担当: つるちゃん



先月は友達と
クリスマスパーティー
しました♪
私はナカイ(*_*)



黒豆の効能

吸収の良い有機鉄 で貧血を予防

女性に多い貧血は、鉄分不足が原因です。黒豆は牛レバーやほうれん草より、100g 中の鉄分量が豊富なのです。また鉄分は吸収率が低いのが難点ですが、黒豆は体内で吸収されやすい「有機鉄」。

貧血を効果的に改善します。

お客様の声

● 60代女性 より頂きました☆

叔父の家に黒豆茶が有り、ホットでもアイス(さめて)もおいしくさっそく電話して自宅で飲み始めました。体にも良さそうなので、続けて行きたいと思います。香りが良く飲み口に甘味を感じ、楽しく飲んでます。

待ちに待った2014年(≧▽≦*)

皆様、明けましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いたします m(_ _)m
サッカー好きな私にとって、2014年は特別な年。そうです！サッカーW杯が開催されます！！
南アフリカW杯から4年…長かったような短かったような(*▽*)今からワクワクしています♪
新年になると「**今年の目標**」を立てる人も多いと思います。私も今年はコレ！！と決めるんですが、年末になると何を目標にしたか忘れていきます(汗)今年も懲りずに目標を立てます v(。ω。.)111

【2014年の目標】

いかがでしょうか？少し大雑把な目標でしたかね(笑)

少し自分に甘い気もしますが、小さい目標を立てて、達成したら**自分にご褒美**♪三日坊主なので小さい事からコツコツと、目の前にニンジン吊るしてご褒美をゲットするために頑張りますべ(´ε`*)♪ I♡

ウマウマ♡
ご褒美大作戦 

今年もたくさん笑える1年にしたいと思います(o^▽^o)

それでは、皆様の目標が達成できることを祈っています♪