



↑趣がありますねえ。

## 東海道で江戸情緒に浸る

ごきげんよう！ 稲垣です|^・ω・)| 残暑厳しい今日この頃ですが、リオで頑張った五輪選手を思い出してパワフルに過ごしましょう！

なんて言っておきながら、パワフルにはなくセンチメンタルに、昔ながらの情緒風情に浸りたくて、**東海道の街並み**が残る名古屋市内の**有松**に行ってきました。大型ショッピングセンターがあってモダンな**名鉄有松駅**から南へ進むと、まるで**タイムスリップ**したかのような東海道に出くわします(\*^0^\*)ハッ 西の端には**一里塚**まであって、本当に江戸の旅人になったよう(°c\_°))(°表向きは格子窓が並ぶ、時代劇に出てきそうな商家ですが、中はおしゃれなカフェだったりする店もあるんですよ。。

有松と言えば絞。有松・鳴海絞会館も覗いてきました。1階では着物、Tシャツ、ハンカチ、手拭いなどが買えるし、2階では**絞りの実演**も見れるんです。

でも、一番テンションが上がったのは、1階のカフェ(\*^ワ^\*) **野菜をたっぷり使ったヘルシーランチ**をいただきました(\*^´´^\*)”モグモグ

### 黒豆の効能

#### アントシアニン効果

アントシアニンには細胞膜を強くする働きがあり、血行を良くしてくれる効果があります。血行が良くなると血圧が安定し、高血圧の人にはもちろん、低血圧の方にも良い効果が期待できます。

血行不良やめまい等、低血圧には慢性的な症状がありますが、アントシアニンには、それらを和らげる性質があるそうです。

#### お客様の声



● K.Yさんより頂きました♪  
血圧も安定してます。感謝致しております。

※それは良かったです(^-^)**黒豆の効能**の一つに血圧の安定もあるそうです。左のコーナーにもあるように、アントシアニン効果があったのかもしれない。

(稲垣)



# 花咲新聞



2016年  
9月号



担当:稲垣



ボルタリングというスポーツ。見てる方が怖いです(°Д)

この度は、当店をご利用頂き誠にありがとうございます。  
今後ともご愛顧の程、よろしくお願い申し上げます。

はな  
な  
さ  
き