

元気の源 High Power Print



株式会社やまもと印刷工業 ニュースレター vol.94 2024年6月号

アマニ油

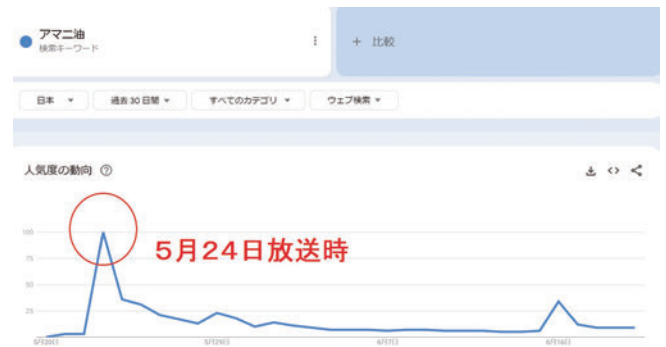
今月の上旬から5時半起床の生活が始まりました。
先代のゴロが2021年6月1日に虹の橋を渡ってから、すっかりと生活にメリハリが無くなりギリギリまで寝こんでしまったあの頃とは大違いです。
これも保護犬出身の2代目ゴロが、同じ年の年末に我が家に来てくれたおかげです。
頼れる存在・頼られる存在・愛する家族がこれほどまでに大切であるのだと、心より感謝しております。

そんな私には、父の日に必ず長男と次男より『いつもありがとう。』のメッセージと共にもう一つのメッセージが必ず届きます。
『飲み過ぎには気をつけて。』
年に一度の健康診断前に、1週間頑張って禁酒が精一杯の意志の弱い輩です。

γGTPは1週間頑張るとそれなりに下がるのですが（家内からは健康診断の意味が無いと言われております。。。）、残念ながら1週間程度では全く効果のない数値があります。
それはコレステロール。
『食事は必ず野菜から』『週2のガッツリした運動』『ウィークデーの朝の10分エアロバイク』など、全くと言っていいほどコレステロールの改善に繋がらず半分諦めておりました。

そんなある日、NHKの健康番組で『コレステロールには小さじ1杯のアマニ油を朝食時に摂ると良い』と放送しておりました。試してみようと週末に買い物に出かけた際にビックリ。訪れた2件目

で売り切れが続き、3件目でようやくゲット出来ました。因みにこの放送日のGoogleTrendsはアマニ油が突出しており、テレビ離れが言われている昨今でも影響力にビビりました。



そんな訳で私の朝のスケジュールは、
5時30分 起床並びに愛犬の散歩
6時00分 帰宅後髭剃り+歯磨き+NHKニュース斜め見
6時30分 エアロバイク
6時45分 シャワー
7時05分 アマニ油小さじ1杯+コップ3倍の水 摂取
こんな感じになっております。
朝食を摂りませんので、アマニ油を喉に流し込むような感じで摂取します。歯磨きをした後なので、改めて歯磨きは避けたい思いからこのような摂取になりました。

会社の健康診断は9月。
さて結果はどう出るでしょう。

株式会社やまもと印刷工業はこんな分野が得意です。

- | | | | | | |
|---------|------------|---------|-----------|-----------|------------|
| ・企画 | ・クリアファイル | ・浮き出し加工 | ・フライヤー | ・レタッチ | ・うちわ |
| ・デザイン | ・トランプ | ・PP加工 | ・パッケージ | ・圧着はがき | ・パネル |
| ・印刷 | ・かるた | ・手提げ袋 | ・シール | ・マグネットシート | ・オリジナル扇子 |
| ・製本 | ・宛名印刷 | ・メモ帳 | ・ノベルティ | ・封筒 | ・ポケットティッシュ |
| ・断裁 | ・封入 | ・のぼり旗 | ・Tシャツプリント | ・映像制作 | ・コースター |
| ・名刺 | ・封緘 | ・マウスパッド | ・ラミネート | ・動画制作 | ・ジグソーパズル |
| ・パンフレット | ・アッセンブリ | ・カタログ | ・ステッカー | ・電子ブック | ・サインシート |
| ・自費出版 | ・カッティングシート | ・挨拶状 | ・伝票 | ・電子書籍 | ・サインボード加工 |
| ・包装紙 | ・パウチ | ・ポスター | ・写真撮影 | ・UV印刷 | |
| ・翻訳 | ・箔押し加工 | ・チラシ | ・写真加工 | ・CDジャケット | |

防災事業

- | | |
|-----------|---------------|
| ・長期保存水 | ・ブランケット |
| ・6年保存水 | ・ボンチョ |
| ・非常用トイレ | ・毛布 |
| ・携帯トイレ | ・衛生用品 |
| ・ノベルティトイレ | ・レディースサポートセット |
| ・防災非常食 | ・避難生活用品 |
| ・厳選非常食 | |
| ・防災ズキン | |
| ・防災クッション | |
| ・車載用セット | |

【目黒区 渋谷区 港区 世田谷区 品川区 大田区】

中目黒 学芸大学 都立大学 上野 東京 大手町 恵比寿 祐天寺 目黒 代官山 渋谷 三軒茶屋 品川 田町 白金 高輪 五反田 大崎 自由が丘 六本木 広尾 新宿 代々木 原宿 駒沢 大井町 大森 蒲田 青山 表参道 池袋 乃木坂 天王洲アイル 記載以外の何処のエリアのお客様にも喜んでお伺いさせていただきます。

編集後記

家内とドライブ中、ラジオ番組で朝の生活習慣の特集をしておりました。あるリスナーさんが冷蔵庫に入ったヤクルトを取り出し、常温まで戻して飲むのがルーティーンだと紹介されておりました。ドライブの途中にコンビニに寄ると、家内がヤクルトゲット。ラジオを聴いていて飲みたくなったそうです。メディアの力って本当に凄いですね。