

11月 ENJOY LIFE

こんにちは！エンジョイライフです！(^▽^)/

vol. 115

急に風が冷たくなり、紅葉が美しくなってくる
季節となりました(´ ω `*)

お体に気を付けて、暖かく過ごしてください(^▽^)/
素晴らしい11月ライフをお過ごしください♪

～11月のお知らせ～

11/3日文化の日

様々な文化活動や芸術の
推奨が行われます！
文化に感謝し、文化の向上を
願う意味が込められています♪



11/23日勤労感謝の日

労働者や労働に感謝をし
労働に重要性讃える日です！

もともとは豊穣を感謝する祭
として古くから行われていました！



～身体を暖かくオススメ飲み物～

最近寒さ感じる季節になったので
身体を温めるオススメ飲み物を紹介します!!

- 1位 白湯
- 2位 シナモンティー
- 3位 ココア

冷たい飲み物は体を冷やしてしまいますので
一日の最も体温が低い朝や、寝る前にもオススメです♪

