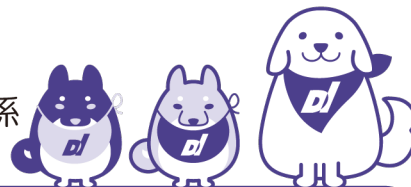


ひらま りょう

平間 亮

担当 リファインショップ お客様係
(リフォーム事業部)



新年明けましておめでとうございます。皆様お元気で新年をお迎えのことと存じます。

さて、私の今年のご目標ですが「一度も病気にかからず健康体」です。

私も50歳になりましたが、翌日へのお酒の残り方や運動不足が気になってくるようになりました。

昨今は感染症の影響もあり健康の大切さが身に沁みます。

自分で守れる健康は守っていきたいです。仕事も遊びもすべて健康から。

今までと同じと過信せずに、年齢に合った食生活と運動をして心身ともに健康にありたいです。

皆様も健康面には十分に気を遣い、今年も一年健康的な体でお過ごしください。