

# すみちゃん新聞



こんにちは。  
4月から娘が  
中学生に。  
あ、という間に  
大きくなって  
ちよと寂しい  
瀬下澄江です。

新元号が**令和**と発表され、  
いろいろと新元号商法が.....  
惑わされないようお気を付け下さい。

## すみちゃん ツタンカーメンに!?

3月19日、特殊金箔エステを体験  
してきました。  
お肌がプルプルになりましたよ。  
しかも、驚きの低価格  
な.な.なんと 4500円。  
(某有名サロンだと2万円だとか)  
シミが薄くなる「角質ケア」もあって  
友人はシミがかなり薄くなって  
いました。3,500円でシミが薄く  
なるなら私もやればよかったです。

3人以上  
集まると  
自宅等へ  
来てくれる  
そうです。



や、てみたい人は  
お声掛け下さい。

### 今月の時短メニュー



#### 「蓮根とごぼうの海苔炒め」

- ① 蓮根とごぼうを切って  
ごま油で炒める
  - ② 火が通ったら、コンソメ  
スープの素、海苔を入れる  
(お好みで醤油少々)
- 以上、簡単たったの2工程。



メール



ライン