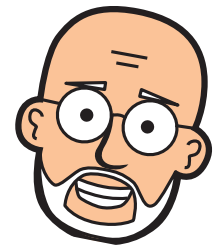


Dr. Bobの

第1回

グッド・ヘルス・グッド・ライフ



「人生を楽しむことこそが健康につながる」というモットーを持つ
Dr. ボブのつれづれなるハッピーライフをお届け。

南の島の美術館で

晴れてカラッとした日が多いアメリカの6月は結婚式が盛んですよね🎉 先日、友人の息子の挙式のためカリブ海の楽園、プエルトリコに行ってきました。飛行機✈️で約3時間半で南の島に行けるのですから最高です！

フライトはあまり長くないので比較的楽なはずですが、睡眠不足もあり到着したときはクタクタでした💧 飛行機で疲れないためには、前日の睡眠はもちろん、1時間に1回は通路を歩いて血の循環を良くするなどの対策が大事ですね👊

結婚式会場はポンセ美術館（Museo de Arte de Ponce）。真っ白な建物や整えられたガーデンは、シンプルかつモダンでユニークなデザインがとっても素敵でした💎 コンサートや祭りの会場に使われることも多いんですって。

初めて新郎と会ったのは彼が赤ちゃんのとき。立派に成長して美しいお嫁さん进行うなんて…。実に感慨深かったです😊 滞在中にはもちろん、ビーチにも行きましたよ☀️ 真っ青なカリブの海、白いビーチでモヒートを飲みながら潮風に当たるー。Life is good! 🌴 久しぶりに思いっきりリラックスしたのです。



Oquendo



プロフィール Dr.ロバート・F・コレス

ラトガース大学卒業、NYカイロプラクティックカレッジ卒業、38年の実績・慢性神経の痛み治療の専門医

ジャパニーズ・アメリカン・カイロプラクティック・オフィス
211 E. 43rd St., # 1207 (bet. 2nd & 3rd Aves.)
※グランドセントラル駅から徒歩2分。 212-697-3401
www.drcoreth.com