

# あなたの「プチ自慢」 大募集!

いつの間にか  
こんなことが  
できるように!

こうやって、  
あの悩みを  
解決できました。

そうは見えない  
けれど、  
実は、わたし  
XX歳なんです。

自慢の筋肉  
ずっと維持  
しています!

みんなに  
おしえたい!  
あの人の  
すご技!

あしたに来て  
変わった  
あんなこと、  
こんなこと

ためして  
わかった  
けっこう  
イケテル私!  
毎日の〇〇の  
おかげです。

● 募集期間 :

**3月22日(日)まで  
延長しました!**

● 応募方法 :

所定の用紙に、会員カード番号とお名前、「プチ自慢」を記入し、あ・し・た内「プチ自慢ボード」に貼ってください。

● 表彰 :

審査の上、10名の方に「あ・し・たの達人」の称号を贈り、賞品を差し上げます。

発表後に「あ・し・た」にご来場の上お受け取りください。

● 審査基準、方法 :

他の人が真似たくなる、参考にしたくなるものをスタッフの投票で決定します。

● 発表 :

**2015年4月1日(水)**

まの健康研究所「あ・し・た」ホームページ、  
及び、あ・し・た内掲示板