



ぽかぽか通信

みなさんと、ご縁がつながるよう、ニュースレターを発行しています。
布団屋らしく、こころもからだも「ぽかぽか」するような
お付き合いができます様発信していきたいと思ひます。

CONTENTS

1. 「腹筋～お腹ぱっか～ん～」
2. 「エアコンでラッキー？」
3. 「謎の絵描き師」
4. 「50 メートル！」
5. 「今月の七輪♪」
6. 「寝るのがたのしみ！」

【1. 腹筋～お腹ぱっか～ん～】



春の**運動会**の季節となりましたね(^^)

今年、運動で目指していることがあるこうじです。

それは、マラソンで**自己新記録**を出すことです(^^)！

大会は **11、12 月**とまだ先ですが、いつも時期が迫ってから腰を上げるので、
今年は早速ランニングを！！(^ ▽ ^)

しかし、「今日は走るのをやめておこう、そして明日こそ走ろう！」と、いつもの自分が出てしまい、その結果、思いついたのが、走ることでケガをしないようにする
「体幹トレーニング」です！ゞ(@^ー^@)ノ

と、いっても、**腹筋**なのですが(^_^;)

私は身体も硬く、腹筋も 10 回もやれば、**息絶え絶え**となります。このままでは
いつもの自分がでて、**諦めて**しまう・°・(ノ皿)・°・

そうだ！腹筋を頑張って**お腹をふたつ**に割ってやろう！！(`・▽・´)

目で見て分かる結果を求めることで、**モチベーション**を上げよう！と。

そうやって、腹筋に励む**毎日**が続くのでした！

あれ！目標が違う！？

(=_=)(^<^)

【2.エアコンでラッキー～？】



無事に小学校運動会おわりました～！みわです。

先日、2階の陽香の部屋に「エアコン」をつけました。ここ半年、ずっと一人で寝るようになったので、ついに決断いたしました！

しかし、子供部屋にエアコン……。私が子供の頃はもちろん「無し！」で年中過ごしておりました。

昔と今とでは暑さが違うとはいえ、なんとも贅沢な気がします。

(取り付けてから言うのもなんですが・・・σ(´_`=)。

早速家電へ行き、**去年の型落ち狙い**(当然新商品より安いので)で、巡り巡って決めた数日後、購入した家電から電話が。私が購入した機種は販売過多で在庫切れとの事。一瞬「ε=(・д・`*)ハア…??」と同時に、軽い怒りが…(+^ω^+)。

しかし、「同じ機種の2015年**最新版にてお値段据え置き**で交換致します。」との回答が！！当然わたしの軽い怒りは吹っ飛び、「よろしくお願いします！」で解決！(*´▽`*)。しかし家電屋のミスとはいえ、最新機種をこんなに安く出して大丈夫なのか？どこがマイナスを補てんするのか？など、商売人の嫁としてはいろいろな**裏事情**が若干心配です!?(°_°)

しかし、何がともあれうちにとっては「ラッキー」な出来事でした(^_^)



【3.謎の絵描き師】



今年の阪神タイガースは「程よい」順位につけていますね(°_°)。こうじです。

先日、同じ学校に通っていた「**雄三さん**」にお会いしました。

いつもニコニコされていて、私の事を「**先輩**」と呼んでくれ、とても話しかけやすいのです。雄三さんは、とても**素敵な絵**を描きます。見るたびに欲しいなあと思っていました。そこで、お会いした雄三さんに

「**虎の絵が欲しい。**」と、唐突に申し出たところ…

素敵でしょ(^_^)

特技があるのは

本当にうらやましいです*¥(^o^)/*

雄三さん、ありがとうございました!!



【4.50メートル!】



こうジデス。先日、50M走の競技に参加してきました(^-^)/

子どもの頃は、自分なりに得意な競技で、今でも頭の中では速いつもりです!?

当日の大会では、となりが高校生ぐらい、あとは小学生が同じ組でした。とにかく、**高校生**についていこうと…。ピストルがなった瞬間でした。高校生はもう、**3メートル**ぐらい先にいるではないですかΣ(°Д°;)! もがくように**ゴール**をしたものの…残念な結果でした(T_T)。それでも、この今の**自分の年齢なら速いんじゃないの?**と自分に言いかけながら帰ろうとすると、知り合いの女性にばったり。

会いたくない人でした。/(-_-)\

にやっと笑い、「小林くん、**頑張ってたね** (笑)」

そのひと言で、おもいきり崖から突き落とされた気持ちとなりました。(T^T) そして、コンマ何秒の為に**陸上スパイク**を買おうか、瞬間悩んでしまった48才の春でした。(o^-▽^-o)♪

50M走で
私が負けた
高校生

100m競歩で
頑張る
川澄さん



【5.今月の七輪♪】



運動会楽しかったです!はるかです(^♪。

ゴールデンウィークに、お父さんとお母さんとひさしぶりに**七輪**をやりました。野さいとアサリとお肉とやきそばをやきました。お肉はお母さんがふんぱつして少し**高いやつ**を**サンヨネ**さんで買いました。(^^♪高い肉はおいしいです!

野さいや**アサリ**もあつあつでとってもおいしかったです。

やきそばはてっぱんでやりましたが、**もやし**がはりついてしまっていたいへんでした。

Σ(°Д°;) でもとっても楽しかったです!



【みわの番外編!】



毎度毎度思いつきで「おうち七輪」やっていますが、今回初めて「**食パン**」焼いてみました!

これがまたものすごく美味しかった～～!

炭火の赤外線効果で、表面パリッと歯触り抜群。

中はもちもちほっかほっか～(((o(*▽*)o)))

「炭火のちから」恐るべし!!

【6.寝るのがたのしみ！】

このコーナーでは「眠ること」や「お布団」にかかわるあれこれを綴りたいと思います。

これから、寝苦しい夜がやってきますね(^^)

そんな季節に気持ち良く寝るには・・・エアコンが快適ですね！



しかし身体がだるくなるので、ほどほどに。本当は自然のそよかぜが気持ちいいものです。そう、寝苦しい夜の布団も**自然の素材**が一番だと思っています！

夏の寝具のポイントは「敷きパッド」にあります。

なぜなら、暑ければ掛けているものは跳ね除けることができますが、敷布団の上に4隅をゴムで被せる敷きパッドは朝まで、背中に密着するからです。

しかし、その敷きパッドのほとんどは「化学繊維」の「わた」を使っています。

すると、どうなるか？・・・蒸れるのです。

夏の敷きパッドは、「蒸れにくい天然素材」が気持ち良いのです。

蒸れないのが一番！

そして、もうひとつは・・・

6月号で^^;

「体操オタク」
になりかけて
います！？
ヾ(´▽`)ノ



←「なりかけ」
じゃなくて、
十分「オタク」
デス(ﾟдﾟ)



ワタシも
「オタク」の
子デス？
(´▽`)



楽天市場にてショップ「sunny days」も展開中！
お時間のある時に覗いてね♪

サニーデイズ 布団

検索

このニュースレター「ワクワクのはじまり」を理念に掲げる

お布団のお店【小林株式会社】が発行しております。

〒441-8008 愛知県豊橋市三ツ相町 244-1

☎：0532-31-6816 fax：0532-31-3969

携帯：090-1294-4961

e-mail：kobayashi-futon@w7.dion.ne.jp