



# 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. 「男でも簡単にできるカレー♪」 | 4. 「やっぱりおしり??」    |
| 2. 「大忙しの5月」        | 5. 「ナゴヤドームのおもてなし」 |
| 3. 「複雑な?出会い」       | 6. 「寝るのがたのしみ！」    |

## 【1.男でも簡単にできるカレー♪】



最近ランニングをサボりがちな(-\_-;)こうじです。

先日、子供の運動会で、あるお父さん方と話をしていると、男が料理をするか、  
しないかという話が・・・。

そこに、ある方が、「カレーぐらいなら、作れるよ。」と。

実は私、料理をすることもなく、ご飯も炊けず、電子レンジを触るのもやっとのレベル  
なんです。(\*´ω`\*)「カレーを作れるよ」ではなく、「カレーぐらゐなら作れるよ」と

いう、フレーズが頭に残り、カレーなら簡単に作れるのか??と自問自答しながら、  
それなら**作**ってみようじゃないか!、とひとり意気込みはじめました!(´・ω・´)ゞ

それに私にはスーパー**七輪**という強い味方が・・・!(^^)!

そして、家族のお助けを頂戴しながらつくってみたところ!

意外と**簡単**でした(^^)

玉ねぎを炒め、肉、じゃがいも、にんじん、  
アスパラ、ミニトマト、水、カレーのルーを  
順番に入れていくという、私にとって  
複雑な作業もやってみると楽しいもんです。

最後は、家族に食べてもらい幸せな**満足感**に浸っていました◎



## 【2.大忙しの5月】



紫外線が肌にしみる！シミにかわる～～！！？(;´Д`) みわです！

突然ですが、5月の陽香は忙しかった～～！💦

高学年からの運動会は「スタッツ」が入り、本番に向けて毎日複数時間の練習！

「金管バンド」に入っている娘は、運動会でも

「ドリル演奏」があるため17時半までみっちり練習！！

しかも運悪く??、「そろばんと暗算」の試験が5月中にあるということで、部活後も毎日そろばん教室！！



当然帰りも19時過ぎてしまうので、私は毎回お迎えに行き、その後に宿題！！！！

親の目から見ても、明らかにキャパオーバー！（´；ω；）ウゥ

しかし、なんだかんだ言いながらも、こなせてしまうのは若さゆえか??



運動会当日は、お天気もよく、まさに運動会日和！

（日焼け厳禁！？母たちには暑いくらいだったけど(-\_-;)）

猛練習したという「スタッツ」も間近で見ることができ、素晴らしいものでした。「ドリル演奏」も、みんなそれぞれの衣装に着替えて

体操服とは違った雰囲気でもかわいかった♪高学年は出番も多く、その他「徒競走」「騎馬戦」など目白押し。(@\_@) 大規模小学校なので、子供を探すのも一苦労(;´・ω・)！

親も見ているだけでも疲れたけど、子供の成長を垣間見た一日でした。

よく頑張りました！（^▽^）/！

PS…「やばいやばい！」と言いながら帰ってきたそろばん試験！結果はいかに??

## 【3.複雑な？出会い】



お昼寝大好き！こうじです！

家でゴロゴロしていたら、足元にケースが??

娘が小学校の金管バンドでお借りしているトランペットでした。

ふと、何気なくケースを見ると「26年度PTA寄付」の文字が・・・

何と、一昨年PTAをやっていた時に、みんなで得た収益を、学校側が先走って購入し、少し怒れてプチ切れた、因縁のトランペットが！！

ともあれ、自分の娘のところにまわってくるとは…。昔、怒れたことが今は感謝。（\*^^\*）

PTAのみなさんありがとう。（人´´▽`）



## 【4.やっぱりおしり??】

「ヤバ妻」見てる??みわです!(^^)!

トレーニングに行くと、毎回遭遇するご夫婦。

顔見知りになり、お話をする機会がありました。

話を進めていくと、そのご夫婦なんと**70歳オーバー**とのこと!

とてもそんなご高齢には見えません。(せいぜい60オーバーくらいかと(^\_^;) )

私たち親世代のご夫婦! 年を重ねても、ちょっとした気の持ちよう、意識の違いで老後の体の違いが出てくるんだろうなあ!

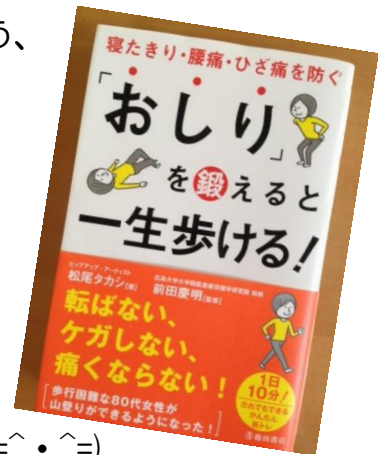
見習わなければ!!(´・ω・`)ゞ

そういえば、最近旦那が『おしりを鍛えると一生歩ける!』

なる本を買ってきた!

老後は「おしり」で決まるのね!!(´ー´)ノ

てなわけで、ますます健康オタクになってきた私たち夫婦デシタ…(=^・^=)



## 【5.ナゴヤドームのおもてなし】

毎週、嵐の大野君のドラマが楽しみ! こうじデス。

ゴールデンウィーク最中、我が**タイガース**の応援に仲間とナゴヤドームに出かけました。

チケットは、リーダーの**高橋さん**が、当然のようにレフトスタンドを取ってくれました。

(※ナゴヤドームで試合を行う時は、ドラゴンズがライト側、相手チームがレフト側で応援します。)

球場に入り、レフトスタンドの指定の入り口に入ろうとすると、警備の人が、なぜか

「**通せんぼ**」をするではないですか!!

何とレフトスタンドの一部はドラゴンズ応援席になっているらしく、対戦側の応援はケンカのもととなるので、入ってはいけないとの事でした。

そんな事**知らんわ**(怒)。 と警備の人に文句言っていると、

「今からタイガースを応援できる席を探します!!」

と無線であちこちやり取りを。

その結果、一番盛り上がる座席を用意してもらいました(^^)

ナゴヤドーム!(人' '▽`)ありがとう!!

試合は**負けた**けど、最高の席でした。(^^)ノ



## 【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。

### 『夏の敷パッド』

先月は、寝返りのお話をさせていただきました。

なぜ、寝返りをするのか？

同じ体勢で寝ていると、血行を圧迫したり、身体の一部に負担がかかるからです。敷布団は大事なんですね。(^^)

これからの季節、**敷きパッド**も快適な睡眠の為には重要となります。



\*\*\*夏の敷きパッド選びのポイント\*\*\*

- ①汗を吸う事    ②べとつかない事    ③お洗濯が容易な事



こういった敷きパッド選びも、寝苦しくなる夏の余計な寝返りをなくすコツとなります。

おすすめ敷きパッド「水洗い全面刺繍敷きパッド」

日本で一番細かいキルトの敷きパッド。このキルトの凹凸が、べとつきを軽減します。

気持ちええわあ～(^^)

運動会のカメラ  
撮影で「筋肉痛」  
に！((+\_+))



運動会のビデオ撮  
影！「上腕二頭筋」  
しびれたわ(-\_-)



頑張ったよ！運  
動会！赤組勝  
利！(^o^)/



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：0532-31-9369

携帯：090-1294-4961 （お気軽にお電話くださ～い）

フェイスブック 「小林孝臣」あてのメッセージ、いつでも受け付けています(◇)ゞ

●携帯メール [k-tora2soraso-yo@ezweb.ne.jp](mailto:k-tora2soraso-yo@ezweb.ne.jp) ●会社 e-mail：kobayashi-futon@w7.dion.ne.jp