



残暑 お見舞い申し上げます。

8月も半ばを過ぎると例年なら、暑さのピークを越えるのです

が今年はどうでしょう。この原稿は7月の26日に書いているのですが昨日今日と超～暑い！ 一歩外に出るとジリジリと肌が焼けていくのがわかります。特に右腕はハワイ焼けならぬ配達焼けで、こげ茶色（笑）どうぞこの通信をお届けする頃には、少しでも涼しくなっている事を願います。

ところで話は変わりますが、新聞・テレビなどに加えインターネットの普及に伴い多種多様な情報が簡単に収集できる世の中になりました。とても便利な反面何が本当なのか判断するのに難しいのも事実です。寝具メーカーの中でも、類似した商品はたくさんあります。価格も安いものから、お高いものまでこの世の中に、まだこんな良いものがあったのかと思うぐらい上には上があるんですねえ

腰痛対策 敷ふとんチェック！

今の敷寝具 大丈夫ですか？

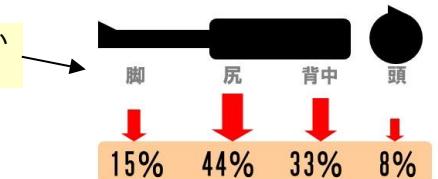
- 仰向になると、何となく寝苦しい。
- 就寝中に膝を立ててしまう。
- 頻繁に横を向いてしまう。
- 仰向に寝て、腰の部分に隙間ができる。
- 朝起きたとき、腰に痛みがある。
- 腰の部分がへこんでいる。
- 背中がムレて暑い。
- 冬になると寒くて眠れない。

中綿の素材を見直すことをおすすめします。

良い敷寝具の条件のなかに、適度な保温力と通気性のあるムレない素材であることがあります。

ポリエステルなどを含む素材は、天然素材100%に比べるとムレやすく、へたってしまった敷ふとんは湿気を含み保温性が欠けることで背中側にある太い血管を冷やし血流を悪くして全身の冷えを招いてしま

人間が寝たときの敷寝具にかかる圧力を示しています



その敷寝具はあなたにとって、硬さ(柔らかさ)が合っていない可能性があります。

正しい寝姿勢とは、仰向けに寝て脊椎がゆるやかなS字カーブが維持できることです。

敷寝具が硬すぎると、上背部と臀部でブリッジしたような体勢となり疲労が腰に集中してしまいます。

柔らかすぎると、腰部が落ち込んでしまい、くの字に

店頭でお試し頂けます。
お手入れも含めてお気軽に
おたずねください！

より良い敷寝具選びの
お手伝い致します！

そんな中から、いかに自分自身が満足できるものを選べるか！まずは選ぶ基準を考える事が大切ですよね。予算？扱いやすさ？デザイン？快適性？・・・う～ん・・・なかなかどれも捨てがたい！

でも、どんなものでも良いところと悪いところは必ずあります。例えば、敷ふとんでは すごく安定感があって腰を支える力のある『ラテックス』ですが、重いのが難点。ベットでのご使用なら快敵に使っていただけます。他にも純綿100%の敷ふとんは、根強い人気がありますが、湿気を含むと自然発散力に欠けること3年ほど使うとへタってしまいます。それを補う為に、日干しと打直しをして保温力と安定感を保つお手入れをすれば、自然の暖かさで気持ち良く眠れます。プラス部分を活かし、マイナス部分を補う選び方・組合せ方を考えるといいんでしょうね。人間関係？（夫婦）にも言えますか？！深い～（笑）おふとんのことならお気軽にご相談ください！



かめや通信

『ふとん屋よしやんのひとりごと』
ブログアドレス
<http://kameya21083.cocolog-nifty.com/biog/>

毎週 火曜日定休

亀屋寝装センター

亀岡市篠町浄法寺中村48-5

電話 0771 23-6701

栃木県宇都宮市の不動産の会社の社長さんが、2009年28歳のときに事故に遭われ、車椅子の生活を宣告された際に、お父様から言われた言葉だそうです。何となく心に残ったので紹介しました。



【お願ひ】 22枚限り

ガーゼ 夏掛けふとん

140×190cm 純綿わた入り 6,300円
(税込￥6,804)

30%OFF

お買上げ頂いたお客様から毎年好評の『純綿わた入り ガーゼ夏掛けふとん』。今年は少し多めに仕入れたのですが、どういうわけか予定より在庫が多く残ってしまいました。少し欲張り過ぎたかなと反省。そこで数量に限りがありますので通信配布のお客様に処分価格にてお買上げ頂きたくお願ひいたします。