

石屋工務店 かわら版

第153号

H28年月日発行

十月から、中一と小三の娘を日曜日以外の毎日、宇治の体操クラブまで送迎しています。前月まで太秦でしたが、移籍する事になつて更にロングドライブに・・・復路にいつもライトアップされたり京都タワーに目がとまります。最近、

日によつて色が違うのです。紫色・桜色・橙色・青色・赤色・緑色・黄色など・・・通常の白色以外は不定期ですが、それぞれ意味がある配色らしく、ピンクリボン運動の日はピンク、ハロウインは紫、世界糖尿病デーは青、グリーンリボン運動の日は緑、高血圧の日は赤等、なかなかカラフルです。今年は日没、消灯まで、みすれば円で『自イトラツ』の場合でき、ツー出は二万四万五千円一色回転のオプションもある



こうです。何かの記念日に・・・若い方はプロポーズなどは演出にもよいかも知れませんね。

京都タワー

十月から、中一と小三の娘を日曜日以外の毎日、宇治の体操クラブまで送迎しています。前月まで太秦でしたが、移籍する事になつて更にロングドライブに・・・復路にいつもライトアップされた京都タワーに目がとまります。最近、

橙色・青色・赤色・緑色・黄色など・・・通常の白色以外は不定期ですが、それぞれ意味がある配色らしく、ピンクリボン運動の日はピンク、ハロウインは紫、世界糖尿病デーは青、グリーンリボン運動の日は緑、高血圧の日は赤等、なかなか

カラフルで綺麗で
す。今年の九月から
は日没まで二十四時の
消灯まで、事前申込
みすれば三十分三万
円で『自分色』にラ
イトアップ
でき、ツート
ンの場合は
四万五千円、
一色回転演
出は二万円
のオプショ
ンもあるそ

そうです。何かの記念日に・・・若い方はプロポーズなどの演出にもよいかも知れませんね。

石屋工務店

京都市北区大宮薬師山東町 47-5

建設業／京都府知事(般-25)第 31625 号 インテリアコーディネーター登録店

TEL 075-492-1483

イシャサン

粹ト 石屋の多趣味人生

セリフ

斷食



久しぶりに「断食」をいたしました。回は気合を入れて日間。今までで最も断食です。断食したきっかけは人ドックです。最近のせいか運動不足人生最高体重を記しておりました。

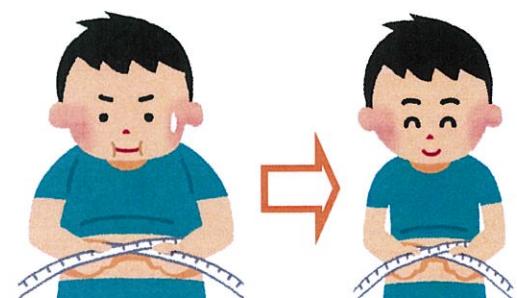
間ドックで前日の時から飲食を止めれます。それをきっかけに断食をするに決めました。決してドッグの結果がかったからではありません。実際悪かったのは事実ですが、

良今十歳間で人を長生きするには、要領は身についているのですが、今回は全くしんどく無かつたのです。空腹感が襲つてこなかつた訳ではありませんが、何か食べたくて堪らないと言う事は全くありません。以前までは空腹感を紛らわすため、水分をやたらめつたら取つていたのですが、今回はそれも無く一日リットルくらいの水分で収まつていきました。普段通り仕

ていましたが、今日は十日間の間にジムへ五回は通い汗も流していました。貧血で倒れる事を警戒していたのですがそれ程でもなく。手先がジンジンしたり、持久力が無くインター バルを長めに取つたりしていましたが、極めて健康でした。

今回よく飲んだのは、「ヘルシア」のお茶です。一日二、三本飲んでいました。ある日気になつて説明書を読むと、一本が目安と書いて

An illustration of a young boy sitting at a table with a measuring tape across it. In the first frame on the left, he has a very thin body and a worried expression. In the second frame on the right, he is much fatter and smiling. A large orange arrow points from the left to the right, indicating the progression of his weight gain.



感謝の気持ち

先日、横浜でロー
リンヒルやTLCの
来日ライブがありました。
中学時代に上
く聴いていたR&B
音楽で、世代だつた
こともあり本当に胸
奮と感動でいっぱい
でした。翌日は、東
京ミッドタウンにて
『デザインの解剖展
・身近なものから世
界を見る方法』と

GN
Pencil

いう企画展があると
いうことで行きまし
た。身の回りにある
馴染みの深い製品を
解剖し、視点を変え
てみてみると、このコ
ンセプト。きのこの
山、おいしい牛乳、
ミルクチョコレ
ート、スーパーカップ。
普段、何気なく手に
取り購入しています
が、製作者の感性や

気持ち

は「ありがとう」と
感謝の気持ちを表す
ので、あげる人も貰
う人もとても良い気
持ちに、穏やかにな
ります。日頃言えな
い相手にも書いて渡
すとよいかもしま
せん。ただ、上手く
かけても葉書を上下
逆に書くときがあつ
て、これはちよつと
なさけない自分で
す。

石坂 千孝

A collage of various Japanese food products, including several cartons of "おいしい牛乳" (Delicious Milk) from Meiji, a box of "あゆみん牛乳" (Ayuimin Milk), a bar of "明治" (Meiji) chocolate, a bag of "おやこの山" (Oyako no Yama) candy, and a box of "正面外装 グラフィック" (Front Face Graphic) candy.

A collage of images illustrating the company's products and branding. It includes a white Mazda Titan truck, a collection of promotional items like keychains and stickers featuring the 'ブルカツ' logo, and a large cardboard box for Nissin Cup Noodles.