

## 【 今年の抱負 】

昨年の12月に数年ぶりの健康診断を受けて来ました。特に身体の不調はなかったので大丈夫だろう、と思いながら検査結果を聞きに行ったら…なんと！引っ掛かってました。(汗)

コレステロールの数値が高めだそうです。

毎日食べてたシュークリームやエクレア、チーズケーキが原因じゃないかと。

先生に「間食を少し控えるように」と言われてしまいました(^o^;)。

この日以来、洋菓子は殆ど食べなくなりました。

今年の抱負は、コレステロールの数値を下げる事！にします(^-^)v。



ペンネーム ぐっちー

## 【 つぶやきながら 】

昨年末、さまざまなセミナーに参加して来ました。消費税の講習や社会保険などの福利厚生、近年の建物に多く使われているサイディングの塗装の可否や次世代塗料やシーリングなどの材料の講習会などなど。昼の開催時には「忙しい時期なんだから夜にしてくれよ」と、夜開催時には「現場で仕事した後はきついな」と、つぶやきつつも教わるということはそれだけ成長するということで私にとっても会社にとってもプラスになり、それがお客様の為に繋がります。これからもいろいろつぶやきながら進化していけるように頑張ります。

ペンネーム よしろー

## 【 束の間の幸せ 】

先日、美容院にカットとカラーリングに行きました♪いつもお願いしている大好きな美容師さんに「私、白髪ありますか？」と質問したところ、「そんなにないですよー」と言ってくれました♪

心の中で「私、年のわりにまだまだ若いんだなあ、ルンルン♪」といった気持ちでほくそ笑んでいました。

カットも終わりカラーリングに入る時、「どの色にしましょうかぁ？」と、美容師さんが色のサンプルを見せてくれました。そこになんと「白髪用」と小さく書いてあるではありませんか…！。

「ぶっ！」笑ってしまいました。

美容師さん、突然の質問に気を使ってくれたんですね(笑)。束の間のルンルン気分、気持ちよかったです♪

そして最後にオチもあって楽しかったです！

今年は午年なので、小さな幸せをたくさん見つけて、いっぱい笑って前向きに突き進みます(\*^▽^)/★☆☆♪。



ペンネーム わかめ

人生、七転び八起き



こ34ん

外壁塗装・屋根塗装 地域密着の塗装店 神奈川県知事 許可 (般-21) 第75619号

彩色建美

有限会社 かわだや

住所 : 川崎市川崎区渡田山王町7-10

☎ : 044-223-8472

e-mail : info@kawadaya.com

ホームページ:  で検索

<http://www.kawadaya.com/>

塗ってキレイに 塗って長持ち

## 【パートのつぶやき】

明けまして

おめでとうございます。

流行語大賞、決まりま



したね。昨年は今までで一番多い4つの受賞でした。

しかも、その4つ、前号で私が例に出した「じぇじぇじぇ」「倍返しだ!」「今でしょ」と大賞と予想した「おもてなし」の4つではありませんか!?

思わず、「じぇじぇじぇ」と叫んでしまいました。

今年も笑顔でつぶやいていきたいと思います。