

健 ウォーキングのための 靴選び

ウォーキングをはじめて5年半の月日が経ちました。ウォーキングの話をよくするためか、靴選びのことで相談を受けることが増えました。歩数多くウォーキングする場合、靴との相性は非常に重要になります。ただ足の形は十人十色なので、靴選びは「自分に合った靴が見つかるまで履き比べるしかない」というのが結論です。私の場合、いくつかメーカーを遍歴する中、たどり着いたのが画像のメーカーのスニーカーです。一足だと靴の消耗が大きいので数足買い揃えました。高ければいいというものではありませんので、ぜひご自身に合った靴に会うまで履き比べてみてください。



編集後記

霧の箕面は 何年ぶりでしょう？

いつものようにウォーキングのために家を出た瞬間、外の光景に違和感を覚えました。霧が立ち込めていたんです。こんな光景を見たのは、ウォーキングをはじめてからはじめて。171号線を行き交う車も、視界が悪いためか減速していました。朝霧と言われる現象なんでしょうけれども、その光景に反応して脳内に流れてきたのは、なぜか石原裕次郎さんの「夜霧よ今夜も有難う」。なかなか見ることができない幻想的な朝霧の中、昭和の曲を思い浮かべながらのウォーキング。朝霧に覆われる箕面の光景は珍しいので薄暗い中、思わずスマホで撮影しました。



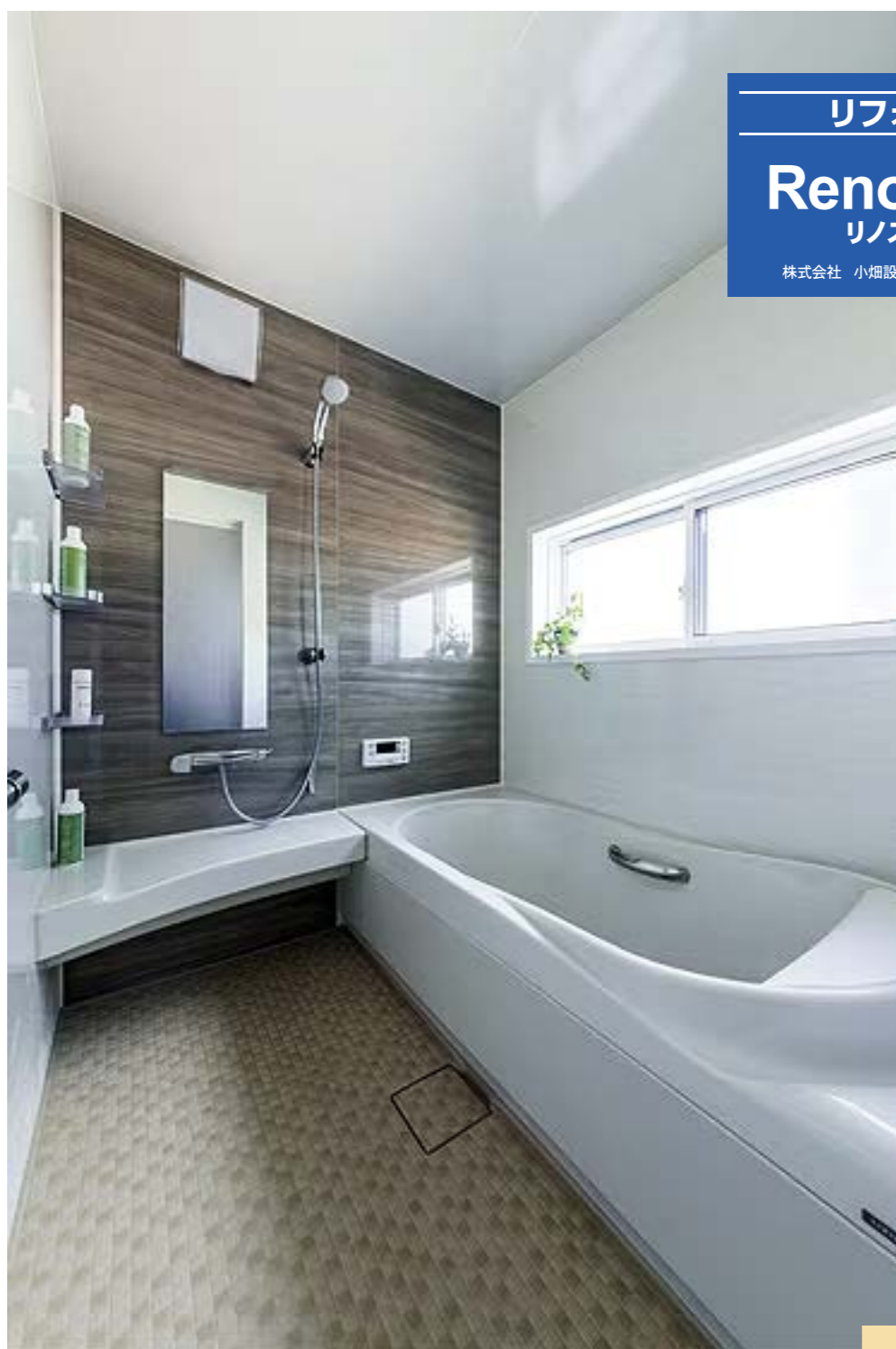
箕面萱野駅
KITAKYU 2024年4月号 Minoh-kayano Station

おぼただより
vol.043

**北大阪急行電鉄が延伸されました。
箕面市の住環境に注目が集まっています。**

リフォームは
RenoStage
リノステージ
株式会社 小畑設備工業 リフォーム事業部

**住環境改善の様々なリフォームに活用できる
先進的窓リノベ2024事業が始まっています！ 詳細は「おぼただより」の中面で！**



リフォームは
RenoStage
 リノステージ
 株式会社 小畑設備工業 リフォーム事業部



先進的窓リノベ 2024事業が はじまります。

ぜひこの機会に
快適リフォームを!

先進的窓リノベ2024事業は、断熱窓への改修を促進し
 既存住宅の省エネ化を促すことで、
 エネルギー費用負担の軽減、
 健康で快適な暮らしの実現及び家庭からの
 CO2排出削減に貢献するとともに、
 断熱窓の生産効率向上による関連産業の競争力強化と
 成長を実現させることを目的とする事業です。

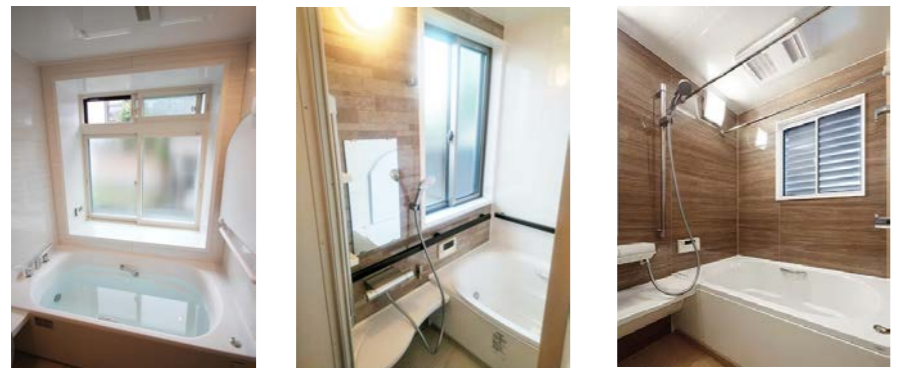


断熱窓、断熱玄関ドア、断熱浴槽、節水型トイレ、外壁・屋根の断熱材に
補助金が適用されます!



窓 + 浴室

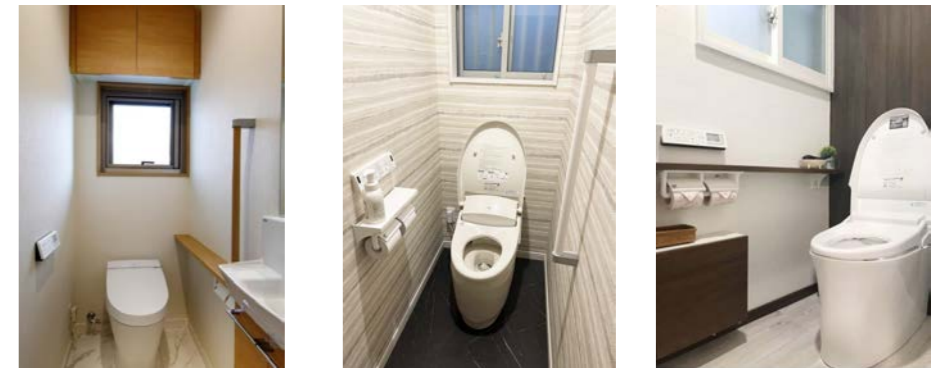
浴槽から壁、窓まで丸ごと断熱化して、
 追い炊きいらすのあったか浴室に!



詳細についてはお気軽にご相談ください!

窓 + トイレ

節水型トイレで水道代を賢く節約。
 断熱・採光を考えた窓で快適空間に!



0120-976-817

受付時間: 9:00-17:00
 定休日: 日曜、祝祭日、第2・第4土曜日

株式会社 小畑設備工業
 上下水道関連工事・土木工事・リフォーム

〒562-0027 大阪府箕面市石丸1丁目11-2

小畑設備工業