

100mm

C'

100mm

B'



フローリングは裸足で歩くと本当に気持ちがいいですが、傷付きやすいのが悩み。

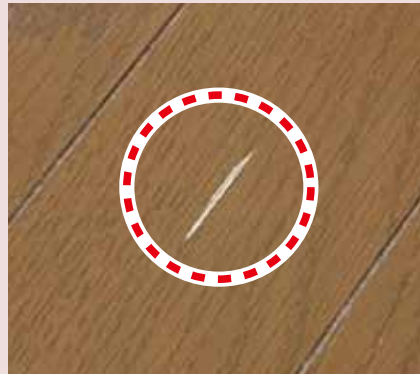
重たいものを落としてしまったときに凹んでしまうこともしばしば。

キレイな状態に戻したいけど業者さんに頼むと高そうだし、そこまで酷い傷でもない。

完璧は求めないけどお手軽に目立たなくしたいというのが本音です。

そんな方法ってあるんでしょうか？

今回は浅い傷の補修です。



### 紅茶のティーパックで擦る

意外に思われる方も多いかもかもしれませんが、結構効果があるので試し

てみる価値ありますよ。

方法は、飲み終わった後の紅茶のティーパックをフローリングの傷に擦り付けるだけ。

これは、紅茶に含まれるタンニンという成分を利用した方法で、紅茶のキレイな銜色を傷部分に付け



ることができます。

フローリングの色によっては合わない場合もあるので、まずは目立たない場所の傷で試してみてくださいね。

それでもやはり…  
目立つ傷や汚れがある、  
部屋の隅の方から剥がれてきた、  
などなど、大きな補修はやはり大変！  
そんな時は、どうぞ遠慮なく  
お問い合わせ下さいね。

オヒサマ サンサン  
0120 FreeDial 012-013-3030

97mm (内側に折り込む面)

A'



私、登田が通う剣道の師匠に、日ごろ子供達へお話している徒然を書いて頂いています。

秋の深まりと共に、空は青く澄み渡り木々は色づきます。  
当館は三か所で稽古を行っており、各道場週二回の稽古が基本ですが、夏休みの間はそれ以上の回数を目標にします。ほとんどの子が目標回数を達成し、中には皆勤する子もいます。夏休みで日中は体を休められますが、夏の一番暑い時期に連日の稽古は厳しいものです。皆勤する子ども達の努力は大変すばらしく、並大抵の事ではないと思います。しかしそれ以上に努力されたのは、その子のお母さんだと思えます。一カ月半にわたり、仕事や家事、育児をやりくりし、体を休める時間も削られたと思います。道場からお母さんの努力に敬意を表し、お母さんと子どもと一緒に表彰させていただきます。全ては我が子への愛、我が子のために為されたことだと思えますが、母親の家事

育児はもつと社会的にも認められていくべきことだと思います。  
脱ゆとり教育への転換に慎重的な意見があります。端的にまとめると、ゆとり教育の浸透を待たずに調査を行い、脱ゆとりに舵を切ったころのデータをもとに否定的な結論を出している。調査も結論も早すぎるという事です。夏の努力は必ず秋に実ります。  
しかし人間形成の道では、秋の実りは経過報告のようなもので、実の色や大きさとかわれず、根は伸びているか、幹は丈夫に育っているかを、ゆとりを持ち、かつ油断なく見守る事の方が大切です。剣道を通じて強く豊かに育つことを願います。

雙柳館 浅川道場  
館長 浅川裕茲



見学をご希望の方はご連絡ください。

副館長 浅川 正堂



雙柳館 浅川道場

岐阜市前一色 2-2-10

お問い合わせは

058-247-3676

稽古の様子や  
開催場所につ  
いてはコチラ  
▶▶▶▶▶▶



## カラダおっきり! イキイキ! 健康サプリ 美味しくなる季節です! 《さつまいも編》

さつまいもの旬は9~12月、まさにこれから。食物繊維が豊富な野菜として知られていますが、栄養素はそれだけじゃないんです!! 美容にも効果が高いというさつまいも、美味しく活用したいですね。

収穫直後は甘みが少なく、貯蔵して少し乾燥させることで甘みが増すので、

冬物の方が人気があります。

選ぶときのポイントは硬いヒゲ根があるものは、繊維が多いため避けるようにしてください。

皮つきで使うときは、水にさらしてアク抜きをするようにしましょう。ただ、長く浸けると豊富なビタミンCまで流出



してしまうため、浸け時間は3分程度にしてくださいね。