

♡ ゴールデンウィークはいかがでしたか？ 気温もやっとあたたかくなつてよかったですね！ 冬物の洋服もしまえそうです。お布団も入れ替えますね。お布団は収納する前によく干して下さいね。

## クーラーより「しとね」で夏の睡眠を上手にとりましょう

「節電しましょう」とか「エコ生活の工夫を」とか言っているわりに夜中のクーラー室外機はブーンブーンと音をたてて営業中。お店に来店されたお客様も「夏はクーラーなしでは寝られへん。部屋を冷やして体にはふとんを掛けるねん、薄いもんやたら、クーラーで体をやられるし...」

それっておかしいですよネ... 電力の無駄使いですよネ。あるいは「主人がクーラー大好き派。私はきらい派。でも同じ部屋だし、クーラーのスイッチを入れたり、切ったりの戦いなの。夫婦の温度差もよくある話です。

実は、睡眠中のクーラーは体を冷やしすぎます。本来の発汗が減り、体が夏に適応出来なくなったり、室内と室外の温度差で脳や体温を一定に保つ機能がコントロールされず、自律神経の乱れをひきおこして代謝系やホルモン系にも影響し、ついに体がだるくなつて夏バテの状態となることも。

「しとね」は本麻100%で今おつかいの敷布団やベッドにのせるだけ！ 背中の汗をスーッと吸いとって、「夏でもよく眠れる」「朝、体がさらっとしてる♡」「子供もぐっすり♡汗をかいてもぐっすり♡」「クーラーはほとんど入れなくなったよ♡」とよろこばれています。(シングルサイズ以上に本麻ピロケースサービス♡)

### 「本麻しとね」プレミアム

ベビー 70×120	¥14.700
ジュニア 90×140	¥22.050
シングル 100×205	¥34.650
セミダブル 120×205	¥42.000
ダブル 140×205	¥49.350
クイーン 160×205	¥55.650
キング 180×205	¥63.000
初回クリーニング無料付	

## 大変！化学繊維・製品に漬りますよ！

ぬつぎにくい、眠りが浅い、熟眠感がない、汗ばたばたする、風邪をひきやすい、セキが出たりゴロゴロする、何となくイライラする、体がだるい、朝すっきり起きられない、などの「睡眠の不満」ありませんか？「こんなもんかなあ？」って思いませんか？寝てませんか？とくに赤ちゃんや子供は、はっきり意志表示できないので「お布団からとび出すの」「きげんが悪くて」「鼻水がズルズル〜」「ぬて一時間後にぜんそくが出る」「かゆくてかきむしり血が出てるの」これでは成長ホルモンも出にくくなります...。店内には使っていない寝具も展示して、お客様に見てもらったり、体感したりしてもらっています。

夏のジェルタイプマットや枕、電気毛布、化学繊維製品、アクリル毛布、ボアシリーズ、低反発系、マットレス枕、表示をよく見て買いましょう。

2013年5月  
カ3号

## 寝ても覚めても

吉良拓見くん

睡眠の店  
蒲田屋かねい  
泉佐野店 460-3333  
三色の浜店 433-0807  
両店共火曜定休です。



北浦七夏ちゃん

## 子供の睡眠は一生で一番大事！

昔から「寝る子は育つ」と言いますが、赤ちゃん時代や幼児期の睡眠はすごく大切です。ぐっすり眠るときげんもいいし、睡眠リズムもしっかりし、体の成長ばかりでなく、心の成長にも大きな影響を与えます。

子供の寝具を選ぶのは大人です。いろいろな素材を見くらべてから、買ってあげてください。見た目は同じお布団の形をしていても、眠れやすい素材があるんです。「安い！」とか「可愛い♡」とかで選ばないでください。うちのお布団を育った子供さん、イエ目、た子供さんたち、きっと元気に成長してくれと思っておりまへす♡

### ① かねいオリジナルベビーふとん

綿わた入掛 100% <sup>125</sup>	¥11.550
綿わた入敷 7% <sup>120</sup>	¥11.550
1Pシーマベビー 9% <sup>120</sup>	¥2.940
2Pシーマベビー 8% <sup>120</sup>	¥4.200
掛敷カバー上下 20色無地カラ-	¥6.100

別売肌掛あり 合計 ¥36.340

### ② かねいオリジナルベビーふとん

羽毛入掛 12% <sup>140</sup>	¥29.400
綿わた入敷 7% <sup>120</sup>	¥11.550
1Pシーマベビー 9% <sup>120</sup>	¥2.940
2Pシーマベビー 8% <sup>120</sup>	¥4.200
掛敷カバー上下 20色無地カラ-	¥6.300

全部¥800 OK! 他にもあります 合計 ¥54.380

・ジュニアふとんもあります。小1〜小6頃まで使います。最近の傾向で敷はシングルという人がふえています。二枚ベッドは長年使いますので、内ワク100×200がおすすめ。小さいものを買くと成長した時丸まって寝て寝姿勢が悪くなります。大人が上向きで足をのばして寝るサイズにしてあげてください。先の先まで考えて用意してあげてください♡

## 羽毛ふとんのお手入れしてますか？

何年も使った羽毛ふとん。日干しは10日に一度、カバーをかけたまま一時間。日干しはしていても、洗っていない人が意外と多くいらっしゃいます。長く快適に使うためにはお手入れが大切です。下に羽毛ふとんの状態によって行っていたくお手入れ表を書きました。<あなたの羽毛のレベル> <おすすめのお手入れ方法>

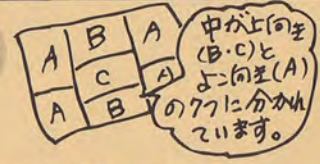
レベル1. 汗がしみこんで、以前ほどかさがない 使用年数4〜5年
レベル2. 衾元が黄色く変色している。におう。
レベル3. どこからか羽毛がとび出してきている。穴があいているようだ。
レベル4. 重くてあたたかさが少ない。使用年数10年
その他. サイズが小さい、マシ目が大きく片寄る、元々使いにくい

⇒	・羽毛についた汚れは水丸洗いクリーニングで落とします。 S羽毛掛 ¥5.250 D羽毛掛 ¥6.720
⇒	・黄色くなっている度合いにもよりますが、このまま使用していると茶色く生地が劣化し、そこから穴があいて羽毛が吹き出していきます。水丸洗いクリーニング。
⇒	・カバーを掛けていても外へ出てくる場合はかなりです。かねい仕様のキルトした便利生地を洗濯した羽毛と足し羽毛を入れて新品同様に仕上げます。知らないうちに羽毛ふとんがじわじわと疲労していて、リフォーム後、大変喜ばれます！
⇒	・羽毛ふとんは仕立方法によってもあたたかさがグンと違います。(スチーム&除菌コースはS ¥19,500〜) ・完全洗浄コース S ¥29,500〜 D ¥44,000〜

よく使った後、4枚内1枚は圧縮パックは使わないで下さい。次のシーズンに使うときは、圧縮パックは使わないで下さい。次のシーズンに使うときは、圧縮パックは使わないで下さい。

店の前は花ざかり♡満開です！歩いている人がみえてくれています。自転車の人も止めてみえてくれています。写メをとっている男性もいらっしゃいました。ちょうどこの場所は朝日がものすごく良くあたるので、木も花もよく成長します。お花の苗を親戚の近所のお花好きの奥様が季節ごとに配達して下さいます。カキリはうちの主人の日記のため

# 枕合わせは良い睡眠への一歩！



オーダー枕を作られるお客様が年々増えています。  
 「そういえばこの肩のこり、最近気にならなくなったわ♡」「ねつきも良くなった♡」  
 「首肩から背中にかけて、あーとパンパンだったのに不思議やわ♡」「主人のいびき、まじに減りました♡」「上向きに寝られるようになって、以前より深く眠れている気がします♡」とおぼめの言葉をいただきます。うれしくなります！

「もうちょっと首に当たる部分を低くして〜」「横向きに変わった時、両側のパーツが高いのを低くして〜」とか言う微調整にも積極的に来て下さいます。これが大切なんです。たとえば「ダイエットして5kg体重が減ったとします。すると体のカサが減りますので全体的に高さを低くしないとイケません。それくらい枕の高さが重要なんです！」

オーダー枕を作ると、自分に合う高さがわかってきます。「今まで自分で高い枕がええと思ったんですけど、逆だったんですよ〜」と気づかれることがよくあります。

さらに自分に合った敷寝具の硬さ(支持性)もわかってきます。知ってますか？

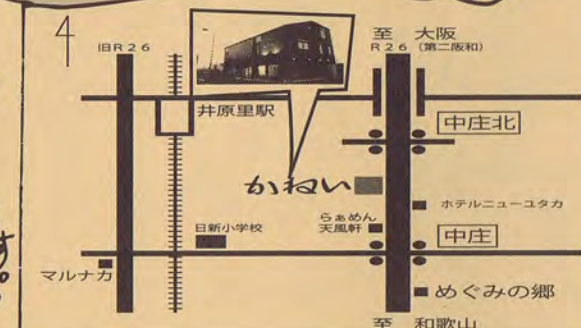
「今まで硬いところに寝たら大丈夫！って思いこんでたけど、まちがかったんやあ〜」もちろん硬いところ合う人もいますが、ミディアムもソフトも人それぞれ違います。硬さだけではなく、寝がえりがしやすい、呼吸がしやすい等も、重要なポイントです。敷布団やマットレスの組み合わせで、何十通りもの固さ(支持性)を体験することも出来ます。自分に合う枕と敷寝具で、バッチリ決めて下さい♡

**★オーダー枕** 35×55 43×63  
 (パシーマのピロケス付き) ¥11,000 ¥13,000  
 ★マットの上にはキヌメル敷かがおススメ♡  
 Sミディアム ¥5,985

＜お知らせ＞  
 新しく、9分割の4種類の固さ違いのマットレスを京都西川さんに作ってもらいました。しっかりした作りで、さらにパワーマップ。かねいが提案した商品です！  
 ★シングル 100×200 ¥63,000

**良い睡眠は一番の健康法です。**

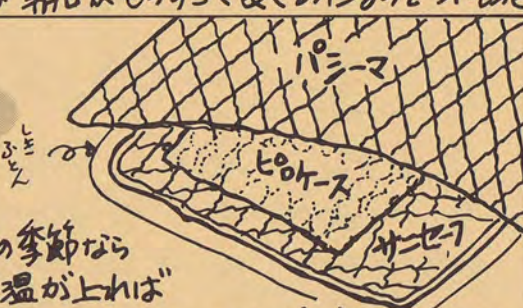
もっと睡眠のこと大切に考えたいナ〜！  
**睡眠指導士上級 伊坂繁樹**



TEL 072-460-3333

**オーダーカーテンが50%off!**  
 有名メーカーさんあり！仕立良し！計りにいけますよ〜♡

# パシーマとサニセーフで楽しく眠りましょう♪



とにかく寝やすいです。春夏秋冬一年中OK！今の季節ならパシーマの上に肌ふとんがいくらかある...もう少し気温が上ればパシーマだけをかぶります♡毛布やボアシートは要らなくなります...というか、その寝心地は他の毛布やボアシート、夏のタオルケットや汗とりパットには無敵なんですよ。

何故、そんなに心地よいのかというと、ミチを吸うから！ねごちち汗を吸うか吸わないかがとても大切です。化学繊維であるアクリル毛布やポリエステルわたは汗を吸ってくれません。「ミチをかきま主人と一緒にねると、ねごちちの中がベタベタイヤー」とか「子供が寝たら1時間経ると毎晩汗でびしょり、ふいたり、着がえさせたり大変」ぐっすり眠れていけいかもしませんね。

「うそみたいに汗を吸ってくれて、ねごちちが変わりました♡主人もごきげんです！」  
 「朝起きた時、眠ったあ〜という感じします♡」「いつもならクシャミが出たり、ゴホゴホが出たりするの、全くなくなって...今までの寝具は何だったん？」「子供がよく眠っています。よこでもわかります♡」「寝る時に、ねごちち楽しんでました♡」「冷え症で自分かと思ってたけど、足先もあったかい♡ねごちちも早く寝ました♡冷え症じゃなかったんですね。寝具のせいだったんですね」

パシーマは今年で20周年なのですが、かねいでは17年間変わらず販売させていただいております。お手入れはお楽々です。そのままに使うと汗を即吸収します。体から出た油分や汚れなども吸収してくれます。なので一週間〜二週間に一度は洗って下さい。洗いたくなります！洗った目が一番気持ちよく眠れるから...たまには「パシーマ洗ったん？」「って次の朝、庫に立てます。ご年輩の場合は疲れない程度に、一ヶ月以内に一度洗ってもらっています。アレルギーの人にもすぐようにはれます。肌ざわりもシワう程良く、自分の汗が体に付着しやすいので肌あれが少なくなります。ダニアレルギーでも二週間以内のお洗たくでダニの卵も洗い流されますので、ダニの連鎖もたち切ることが出来ます！シンプルでここと良くて安心安全(世界特許エコテック規格クラスI合格品)な寝具はめったにありません。なので17年間おすすめしています。

パシーマ <掛用>	サニセーフ <敷用>
○ベビータイプ 90×120 ¥2,940	○ベビー 80×120 ¥4,200
○ベビーハートDX " ¥3,465	♥ベビー(大) 90×150 ¥5,670
○ベビー(大) 120×180 ¥4,410	○ジュニア 90×210 ¥5,775
○シングル 145×240 ¥6,615	○シングル 110×210 ¥8,400
♥ゆったりシングル 160×260 ¥8,032	○セミダブル 133×210 ¥9,450
♥ゆったりダブル 190×260 ¥10,500	○ダブル 155×210 ¥10,500
♥クイーン 210×260 ¥12,810	♥クイーン 176×210 ¥12,600
♥はかねいオリジナルサイズ！ゆったり巾と丈！	♥キング 198×210 ¥14,700

お花も咲いていいます。お花が咲いたら、お花を飾って下さいます。お花が咲いたら、お花を飾って下さいます。お花が咲いたら、お花を飾って下さいます。