

リフォームエンジニア



吉本

皆様こんにちは！少し暖かくなり過ごし易くなってきましたね。  
この時期になると、やはり卒業式を迎えた学生達をよく見かけます。  
勿論僕にもそういった時代もありました。  
もう20年以上も昔になりますが・・・  
季節の変わり目なんで、気持ちもリフレッシュして新しい事を始めたく  
なりますね。のんびり長く続けられる趣味を、ずっと模索してはいるの  
ですが、なかなか見つかりません。何か良いご趣味をお持ちの方、良  
ければ教えていただければと思います。



藤本

今年も桜の季節がやってきました。  
毎年、桜のシーズンには神山方面にお花見に行きます。  
至る所で桜が咲き、町全体がピンクに染まります。その中でも私のお  
すすめは、鬼籠野のさくら街道です！ご存知の方も多いかと思いますが、  
国道438号線沿い数キロにわたり、しだれ桜が咲き車で走りながら楽し  
める私のお気に入りの絶景ポイントです。  
桜の開花が待ち遠しいですね！



3月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	1 大安	2 赤口	3 先勝 <small>ひな祭り</small>	4 友引
5 先負	6 仏滅 <small>ひな祭り</small>	7 大安	8 赤口	9 先勝	10 友引	11 先負
12 仏滅	13 大安	14 赤口	15 先勝 <small>満月</small>	16 友引	17 先負	18 仏滅 <small>彼岸の入り</small>
19 大安	20 赤口	21 先勝 <small>春分の日</small>	22 友引 <small>下弦</small>	23 先負	24 仏滅	25 大安
26 赤口	27 先勝	28 友引	29 先負 <small>新月</small>	30 仏滅 <small>上弦</small>	31 大安	1



お知らせ

お友達、大募集～★

QRコードを読み取って  
ライファ協町とラインでお友達に  
なりませんか！！



QRコードよりお友達  
追加お願いします



\* ライファ協町では、ラインでお友達を募集しております！  
ご登録いただいた方にはポイント進呈中！是非ご登録下さい。

LIXILリフォームショップ ライファ協町(株)オオサカ

〒779-3602 徳島県美馬市協町大字猪尻字建神社下南182-1

TEL:0883-55-0596 FAX:0883-55-0597

定休日/日曜日 営業時間/8:30～19:00



ライファ協町

検索

ホームページも見てね (^・^)/

VOL 170

LIXILリフォームショップ

ライファ協町 (株)オオサカ

おかげさまでライファ協町は22周年を迎えることができました。

ライファ協町店長西原



リフォームコンシェルジュ

こんにちは。ライファ協町の西原です。

3月に入りずいぶん暖かくなってきましたね！ 日が出るのも早くなり、またダイエット(健康)のために家の近くの堤防で、毎年恒例のウォーキングを始めました。早朝の堤防は、とても爽やかに心身共に、リフレッシュできます。まだ少し寒い日もありますが、今年も続けようと思っています。

料金後納

ゆうメール

ライファ協町  
〒779-3602  
徳島県美馬市協町  
大字猪尻字建神社  
下南182-1

第170回 店長西原の なんでも体験記

今回は私が最近始めたクロスバイク(自転車)のお話です。

1. 2月が過ぎ、もう3月！私ごとではございますが、冬場は鍋ものがとても美味しくつつい食が進みました。

さらにコロナ禍で、どうしても運動不足になり体重が想定外にアップしてしまいました。今やっているウォーキング以外に何か対策はと考えていたところ、たまたま雑誌のスポーツバイクの記事が目にとまりました。

これはと早い早速、以前からスポーツバイクをやっている友人にアドバイスをしてもらいました。バイクと言うとどうしてもオートバイ(自動2輪車)を思い浮かべがちなのですが、スポーツバイクのバイクとは、自転車のことです。語源はバイシクル(自転車)が略されてバイクになり、その中でも走る事自体を楽しむ事が目的で創られたものを特にスポーツバイクと呼ぶそうです。その中でも、私が始めたクロスバイクとは、オフロード用の自転車であるマウンテンバイク(MTB)とレース用のロードバイクの中間にあたるもので、クロスオーバーバイクともアーバンバイクとも呼ばれています。

特徴は軽量で強度のあるフレームハンドルがフラットになっており、タイヤのおおきさが26インチで空気量が700CCのものになります。そんな訳で早速、先日の早朝、いつものウォーキングコース(3.6キロ)をトライしてみました。

予想していたよりも、とても乗り易くスイスイと割と簡単にスピードを出す事が出来ました。天気も良く気持ちよかったです。気がついてみると、予定のコースの3倍近い距離を走っていました。これなら、会社までの通勤用としてクロスバイクを使えるような気がしてきました。

どちらかと言うと格好から入る方なので、続けれるかどうか分かりませんが、通勤途中で私のバイク姿を見かけたら、声をかけてくださいね！



ホームページでスタッフブログも是非チェックしてみてくださいね(^・^)/

ライファ協町

検索

