

# かきぴー通信 ④

柿沼さんちの  
かきぴーです



地域密着 水まわりの専門店

(株) 柿沼システムサービスです

こんにちは。上戸祭4丁目にあります柿沼システムサービスの柿沼良行です。前は、しみりとしてしまうようなお話しで失礼しました。お客様から「次も楽しみにしてるよ！」と喜んで声をかけていただき、少ワプレッシャーもあるのですが…(^^)

今回は、私のダイエット話にお付き合い下さい。

私とお会いした方にはお分かりでしょうが、私はまおまおの巨漢です(笑)そんな私がダイエットに励み、実は-16kgの減量に成功したんです!

きっかけは、家族で日光の『霧降の滝』に行った時のことでした。5~10分くらいのちょっとした山道にも関わらず、そこを歩いただけで息切れをして苦しくなり、景色もちっとも楽しめませんでした。こんなことじゃあいかん!と、一念発起!!

お昼には毎日のように寄っていたコンビニ食をやめ、毒に作ってもらったおにぎりのみ。夕食には、炭水化物又キの糖質制限を。まだまだ継続中。目標は、あと-10kg!! (もともとは何キロだったの?の質問は、なしで(笑))

しかし、おおよそ4歳児1人分くらいの体重を減量したにも関わらず、周りの誰にも気づいてもらえない寂しさ。一緒に働いているスタッフや業者さん、おーんたんです。いつか周りの人達をアッと驚かせてみたいです!

次回は、私が今ハマっていることのお話をさせていただきます。

トイレ  
愉快だ  
宇都宮  
UTSUNOMIYA

社長の柿沼良行です



〒320-0058

宇都宮市上戸祭4-14-16

水まわりのリフォーム  
(株) 柿沼システムサービス  
028-624-9371