# かきぴー通信④

地域密着　水まわりの専門店




## ㈱ 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。前回は、しんみりとしてしまうようなお話で、失礼しました。お客様から「次も楽しみにしてるよ！」なんて声をかけていただき、少々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、私はまぁまぁの巨漢です(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、妻に作ってもらったおにぎりのみ。夕食には、炭水化物又は糖質制限を。

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、みーんなです。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