

私たちがつたえたいこと。 よりよく眠ること。 眠りの大切さのこと。

私たち日の本寝具のアイテムは決して多くはありません。
なぜなら、私たち自らが使い、からだにとって心地よいかを考え、
納得できたものだけをお客様に届けたいから。
「モノ」を売るだけでなく、大切な「コト」を追及していきます。

夏の眠りを見直し、冬に備える。

暑さ寒さも彼岸まで～体の中から温める

昔の人はよく言ったもので、暑い中にも9月の彼岸のころには秋の風が時々感じられ、朝晩の気温もぐっと下がってきます。

寝苦しい夏の夜を乗り切ってきた「体を冷やす眠り方」をそのまま続けていると、この時期に風邪を引いたり、体調を崩したりしがちです。それは、寝汗が気温の変化で冷えたり、体の代謝が落ちているために中から温めることができないからです。

正しい睡眠サイクルによって、体の代謝が整えられてくると、体の中から温まり、体の水分や体温の調整もうまくできるようになってきます。また、その水分や熱をきちんと吸収し、排出してくれる寝具で眠ることが必要です。

夜が長くなっていくこの時期、夏の眠り方を見直して、体が発する声に耳を傾けてみましょう。

さらり、そして、じんわり「冬に備える」

暑い夏から寒い冬に季節の移りゆくこの時期は、体温調節のカギともいえる「汗」をどうするか「良い眠り」を左右します。

さらりとした肌ざわりは心地よいリラックスを生み、眠りに入りやすい状態を作ります。体から出た汗を吸収して放出してくれる通気性のよい掛け布団やパットは、蒸れず、さらりとした寝心地で、ぐっすり深く眠ることが出来ます。また、汗が肌に残ると冷えにつながりますが、それを解消できることで、冬になっても、さらり、そしてじんわりと温かく眠れるのです。

マザーグース×テンセル

①<ポーランドオーガニックマザーグース×テンセル 羽毛布団>
中身：ポーランドエコ(無農薬)農場ホワイトマザーグース 95%・フェザー 5%
側生地：テンセル 95%・綿 5%、立体キルト
シングル 150×210cm
本掛け 1.2K 102,900円
合掛け 0.8K 81,900円
肌掛け 0.3K 52,500円 (すべて税込)

手引き真綿

②<ウオッシュアップ 手引き真綿ケット>
中綿：綿 100% (手引き真綿・600g)
側生地：綿 100% (ダブルガーゼ)、洗濯可
シングル 150×210cm
24,990円 (税込)

脱脂綿

③<ケット>
表・裏地：綿 (ガーゼ) 100%
中綿：綿 (脱脂綿) 85%・ポリプロピレン 15% きなり
シングル 160×260cm
8,032円 (税込)
④<敷きパット>
表・裏地：綿 (ガーゼ) 100%
中綿：綿 (脱脂綿) 85%・ポリプロピレン 15%
中芯：脱脂綿 60%・ポリエステル 40% きなり
シングル 110×210cm
8,400円 (税込)

菊地朋美 × 菊地朋美

やさしい時間
ありのままの自分に
心に効く言葉の世界

「眠り」は、人の本来の力を引き出してくれます。同じように「言葉」には、人の心を元気にする力があります。昔、枕元で聴いたものがたりは、いつも勇気とやさしさをくれました。大人になった今だからこそ、そんな枕語りのやさしい時間を大切にしたいものです。

今回のお話は、「リトル・トリー」。ネイティブアメリカンの少年の目から見た、家族との絆、環境、人種差別・・・さまざまな気づきの中から心のあり方を見つめなおす物語です。ほのかな明かり、ネイティブアメリカンの楽器が奏でられる中、幼い頃の枕元に思いを馳せる、そんなやさしい時間をお過ごしください。

お話と音

「リトル・トリー」気付きの物語

フォレスト・カーター・著 / 和田啓男・訳 / めるくまーる

菊地朋美 リーディングパフォーマー
木崎裕也 インディアンフルート
高木暁昭 ギター・マンドリン

10/19 (Fri)
PM7:00 ~ 8:30
ワンドリンク付 1,500円

要予約

菊地朋美

「NativeSpirit」/ 奈良「奏でようぶつ」語るどうぶつ など、朗読 LIVE を企画・出演。
無類の空好き・雲好き・月好きである。
<http://ameblo.jp/tomoonchild/>



Wellnest 9・10月 各種イベント情報

日の本寝具3階のイベントスペース「Wellnest」(ウェルネスト)は、Wellness(健康で生き生きしていること)とNest(巣/住み家)を合わせ、人と人が出会う場、対話の中から自分の心や体と向き合うきっかけを作る場として、各種セミナー、イベント、ワークショップを開催しております。
掲載以外の詳しいイベント情報は Facebook をご覧ください。 <http://www.facebook.com/wellnest.life>



眠りのワークショップ

9/25(Tue) PM7:00 ~
10/23(Tue) PM7:00 ~

無料

眠りを知ることで、普段の環境の改善、生活の習慣の工夫などへの関わり方の新しい気づきがあるはずです。このワークショップでは、更にワンランクアップするための質の良い眠りの工夫をテーマにお互いに語り、気づき合う場です。

アロマのワークショップ

9/16(Sun) PM1:00 ~ 2:00
10/14(Sun) PM1:00 ~ 2:00

無料

眠る前には、昼間に興奮している脳をゆったりと落ち着けて、体をお休みモードにしなければ、質の良い眠りは得られません。そのための、アロマアドバイザーによるアロマを使った、自分で簡単にできるハンドマッサージをお伝えします。

枕・寝姿勢体験会

9/29(Sat) PM1:00 ~
10/27(Sat) PM1:00 ~

無料

人の背骨は、起きている時、重さやショックを緩和するために緩やかなS字にカーブしています。睡眠時も、このカーブを保つ事が大切です。また人は、一晩に20~40回も寝返りを打ちます。どうすればS字を保ち心地よい睡眠をとれるかを分かりやすくお伝えし、実際にピローフィッターがお一人おひとりの寝姿勢をチェックします。

オリジナル・オーダーメイド枕

正しい寝姿勢を作り、自然な眠りを導く枕です。



【レギュラー】サイズ：43×63cm、カラー：オフホワイト、素材：中身：パイプ：ポリエチレン100%、中袋：メッシュ：ポリエステル100%、専用カバー：表：ポリエステル100% (メッシュ)、裏：ポリエステル100%、東洋紡 DRYICE 使用。
付属品：調節・補充用パイプ1袋
販売価格：43×63cm 13,440円 (税込)



メッシュ部
拡大図

日の本寝具株式会社

大阪府大阪市中央区久太郎町 3-4-17

☎ 0120-210-599

<http://www.senba-futon.com>

<https://twitter.com/hinomotoshing>

平日 10:30-18:30 土日 10:00-18:30

定休日：祝祭日

