

あの子に 1 つ贈り物

一歳の誕生日に「一升餅」を背負わせて祝う風習は各地にあり、一升で一つの白い大きな餅もあれば、紅白二つの餅にする地域もあるという。重さは約2キロ。背負って無事に歩いて転んでも、おめでたい。ワッと拍手や歓声が上がってあの子は驚いたり喜んだり。布小物作家・羽田麻衣子さんが一升餅を入れるリュックを作り始めたのは12年前。すでに300個以上は作ってきた。丁寧な裏貼りやカラフルな布合わせ、

ハーネス(迷子防止用のひも)を付けられる工夫、4歳くらいまで使えるのも人気の理由。一生食べ物に困らないように願いを込めて、あの子に!

一升餅リュック 3,500円

Rinen closet (リネンクローゼット)

エスパルスドリームプラザ(2F)
クラフトマーケットで販売。または
Instagram「@rinenclaset」へ
ダイレクトメッセージ



とっさの 1 フレーズ

アイル セイ
I'll say.
「そうだね!」



Point 同意する場合に使おう!

#日常の話題から政治経済まで、「その通りだね」「そうそう!」と思ったときに。

サプリーな 1 action

!! お悩み改善 ① 肩こり

肩甲骨を意識して動かし、
血流を促そう!

- ① 両手の甲、肘を顔の前で合わせる。
- ② 手のひらが外を向くように、腕を横に広げる。
- ③ 両腕を真つすぐ上に伸ばす。
②、①と順に戻す。
10回1セットで繰り返す。



グランツ フィットネス
インストラクター
茂川広大さん 山本直美さん

▶ asten SNSで動画が
見られます!

お得な入会キャンペーン実施中!

WEBをチェック! 「アステンを見た」で

1日体験通常2,700円→0円

グランツ フィットネス・スイミング
静岡市駿河区敷地1-18-28
054-260-7235(フィットネス・カルチャー)
054-237-1076(スイミング)
054-260-7206(介護予防デイ)|[グランツ 静岡](#) [検索](#)

