



はあい! Funkyです。
 まだまだ暑い日が続きますが、少し風が真夏の熱風とちがい、秋の風にかわって
 きた気がします。秋めいてくるとドライブに出かけたくなる時期です。海、山、高原
 など遠出をしてみたいかがでしょうか?
 ドライブのおともに是非聞いて欲しい名曲をセレクトしました。

MY R&B
 FAVORITE
 SONGS

- | | | | |
|------------------|-------------------|-------------------------------|--------------|
| 1. Bad Day | Daniel Powter | 5. Blank Space | Taylor Swift |
| 2. Sugar | Maroon 5 | 6. Just The Way You Are | Bruno Mars |
| 3. Misery | Maroon 5 | 7. The First of Autumn | Enya |
| 4. Happy | Pharrell Williams | 8. The Lazy Song | Bruno Mars |



all for victory
 すべては勝利のために

先日、久しぶりにバンテリンドームへプロ野球観戦に
 行って来ました。

やはり、スポーツは生観戦が良いですね。

私の覇員のチームは、残念ながらこの日は負けてしま
 いましたが、ファンの熱気は凄かった。

残り試合も応援するよ～



よもやまばなし

長月：露草の間

早いもので9月です。気づけばセミがツクツクボウシに…。季
 節の変わり目を感じます。セミ好きとしては夏が終わるのは寂
 しいですが、セミ爆弾に怯えている皆様はホッとするのはな
 いでしょうか。爆弾の見分け方は足が閉じているか開いている
 かです。開いてたら、拾って木に避難させてあげてくださいね。

私のスキなシリーズ!



第九弾は
 【食欲ない時のおすすめ(^^♪)】

ここ数年、毎年酷暑で体温以上の最高気温にぐっ
 たり気味で食欲も↓ですが、食べないことには
 集中力がもたず、いつもと同じ仕事なのに時間か
 かるなぁと感じていました。素麺を茹でるのも暑
 いし、好物の甘いパンは太るし…
 そこで試してみたものが案外ヨカッタ\(^o^)/

～* ソフトフランスパン *～

某番組の食パンランキングで1位
 になったパンメーカーが作った、フ
 ランスパンだけど柔らかくて小ぶり
 のパン●噛み応えがあるから腹持
 ちが良く、コーヒー牛乳と食べる
 と絶品(#^.^#)ただし小さいから
 と食べ過ぎてはXですよ!!



～* Oゴメの野菜ジュース *～

一年中飲んでる野菜と果汁100%のジュース●配合
 される果汁がほぼ毎月変わったり、ちょっと高級なシリ
 ーズもあるの飽きないのがイイ(^_^)-☆何より野菜も
 配合されてるから罪悪感がない(笑)だから時間がない、食
 欲がないときには最強と常時
 2箱は用意してある我が家では、柑橘系の果汁配合の時には速攻でなくなります●



名月や
 ねれは根岸の
 四畳半

