わたしの眠り通信　秋号

特集　なんと！お使いの羽毛ふとんが・・・よみがえる！？生まれ変わる！？

同じ羽毛ふとんを長年、お使いいただいているお客様に

そろそろ、羽毛ふとんが恋しい季節ですね。
でも、おふとんを久しぶりに出してみたら・・・
「あれ？もっとふっくらしていたと思うけど？」
「な、なんか臭いや汚れが染みついてる？　」
「わ！う、羽毛が少し飛び出してる！」
「以前はもっと暖かかったような・・・？」
なんてことがありませんか？それは…羽毛ふとんが、少しくたびれてきているのかもしれません。

「でも、買い替えるのはもったいないし・・・」と、お悩みの方もいらっしゃるのでは？
しかし、ご安心を。ご存知でしたか？
羽毛ふとんって・・・**よみがえるんですよ！**
じつは、羽毛ふとんはメンテナンスすれば、ふっくら・キレイになるんです♪もちろん買い換えるのに比べたら、グ～ンと経済的です。当店お勧めのメンテナンスの方法は「３つ」あります。

羽毛ふとんって・・・ふっくらキレイによみがるんですよ♪

【1・「丸洗い」でキレイなおふとんに】

人は寝ている間にコップ一杯の汗をかくそうです。ふとんカバーに染みこんだ汗は、ふとんの側生地や、中の羽毛にも浸透しています。それを「見えていないから」と何年もそのままにしておくと？臭いの発生は当然のこと、ひどい場合はカビの増殖の原因になってしまいます。さらには、側生地や羽毛が傷みますので、ふとんの寿命も縮まります。

なので、**３年に一度は丸洗い**がおすすめです。羽毛ふとんが暖かいのは、羽毛にふっくらと、たくさんの空気を含むことができるから。**「ふっくら＝暖かさ」**なんです。丸洗いすると、ひっついていた汗や皮脂が取れて、ふっくら感が戻り、暖かさもよみがえるんです♪

【2・「羽毛補充」でふっくらおふとんに】

ずっと使っている羽毛ふとんは、羽毛が片寄って、部分的に薄くなってくる場合があります。羽毛が薄いと、保温効果も薄くなります。でも、驚くなかれ、当店ではなんと・・

気になる続きは
次ページへ↓

「羽毛の補充」が出来るんですよ♪
新しい羽毛を補充すれば、ボリュームが増して、暖かさもグンとアップします。

【3・「リフォーム」で・・・まるで新品に？】

それでも、全体的に傷みがひどい場合には、補充が出来ない場合があります。そんな場合は・・・最後の大手術・**「リフォーム」**で蘇らせます。まずは、羽毛をすべて取り出して、ていねいに洗浄。クリーニングでは落ちなかった汗や皮脂も、羽毛を取り出して洗浄することで、ふっくらキレイに回復します。そのうえで、羽毛が減っている部分には、東京西川の良質な羽毛を贅沢に補充♪
新品時のふっくら感がよみがえります。

しかし、羽毛の量が増えても、側生地が傷んでいて、羽毛が飛び出してしまっては意味がありません。目では見えない程度の小さな羽毛が飛び出していることって多いんです。でも、それこそが羽毛の減りの原因に。体内に吸い込むと、アレルギーを引き起こす可能性もあります。そこで、リフォームでは、側生地も細部にわたり徹底チェック！側生地の傷みが激しい場合には、なんと・・・**新しい側生地にすべての羽毛を入れ替えることも可能です。**これで、見た目も中身も新品同様です♪

リフォーム前

リフォーム後

リフォームで・・・あの「ふっくら感」が回復♪
カバーも新しくなり、まるで新品！

【「他店で買ったおふとん」でもOK！】

「西川さんのおふとんしかダメなんでしょ？」と思われている方。ご安心下さい。当店では・・・**どこのメーカーの羽毛ふとんでも、当店以外で購入された羽毛ふとんでも、メンテナンスいたします**（驚き！）お気兼ねなくメンテナンスにお持ちください。

さらに、**他店で買われた羽毛ふとんであっても、当店がリフォームする際に入れる羽毛は「東京西川」の高級羽毛**です♪
なのでリフォームすると、**高級羽毛に「バージョンアップ！」**という感じになりますよ♪

他店で買われた、他メーカーのおふとんでもＯＫ！

【リフォームは買い直すより断然お得】

「興味はあるけど・・・お高いんでしょ？」と思われている方。ご安心ください♪ご予算やお好みに応じて、満足いただける色々なリフォームが可能です。新しいものに買い直すよりもずっとお得ですよ。 リフォームと買い替えのどちらが得なのかなども、状態を見ながら、ご相談に乗らせていただきます。お気軽にお問い合わせくださいね。

－追伸－　さらに**点検だけであれば無料**です。当店でお買い上げいただいたおふとんはもちろんのこと、他メーカーや他店で購入された羽毛ふとんであっても、点検は無料でさせていただきます。ただ、大変人気のサービスですので、寒くなるに従い大変混み合います。リフォームの内容によっては期間がかかることもありますので、ぜひ本格的に寒くなる前に、お早めにお持ちくださいね。

スタッフ紹介

当店のスタッフの紹介コーナーです。

『改めて自己紹介』 の巻

ピローアドバイザー

小寺　武夫（こでら　たけお）

教師生活42年、勝山市教育長を経て現在は勝山店の店番をしています。趣味は囲碁と朝のラジオ体操、そしてひ孫の動画を見る事です。東京西川のドクターセラと整圧敷きふとんで100歳を目指しています！

寝具製作１級技能士・
ピローアドバイザー・羽毛ふとん診断士

小寺　悦子（こでら　えつこ）

製綿業を営んだ創業時は高校生ながら家業を手伝い、荷車で打ち直しの綿を集め、仕事着は白いトレパンにブラウス姿。創業30周年で鯖江店を出店し、朝、軽自動車一杯に積んだ肌ふとんを夕方には完売して帰ってきたらしいです。そんな母のモットーは「寝具改善」、一人でも多くのお客様に良質なお布団をご紹介したい！この信念で今日も笑顔で頑張っています。 趣味は書道、生け花、そしてなんと言っても最近は毎朝更新されて送られてくる、ひ孫の動画を父と一緒に見る事です。

２級販売士・スリープマスター・
ピローアドバイザー・羽毛診断士

小寺　幹太（こでら　みきもと）

昔は小枝のように細かったのですが最近は身体も心も図太くなってまいりました。おギャーの時からふとんやでサテンの反物を柄合わせして仕立てる母の姿を見ながら育ちました。祖父勇、母、そして私達、3代続いたのれんは勝山店、鯖江店の2店舗に広がり、おかげさまで創業70年になります。これからも寝具を中心により良い商品を皆様にご紹介させていただきますのでよろしくお願い致します。趣味：水泳、ゴルフ、NHK朝の連続テレビ小説視聴。

着付け技能士・スリープマスター・
ピローアドバイザー・羽毛診断士

小寺　恵子（こでら　けいこ）

ふとんやに嫁いで30余年、おかげさまで毎日快適な寝具で寝れることが一番良かったと思う今日この頃です。最近初孫が生まれてデレデレばあちゃんになっています。これからもお客様の為に少しでも健康で心地良い眠りをお届けできるよう日々頑張って参ります。

趣味：茶道、着付け、友人とのランチ。

眠りの豆知識

快眠のための灯りは？

眠る直前にスマホやパソコンの画面を見ていたら、目が冴えて眠れない…なんてことありますよね。これは、強い光で脳が覚醒モードにはいってしまうから。スムーズに寝付くためには、就寝１時間前に間接照明に切り替えて、光の刺激を弱くしましょう。暖かい色の白熱灯がオススメ。光による刺激を弱めることで、徐々にリラックス状態になっていきます。

眠りは年齢とともに変化する

年齢とともに、睡眠時間は短くなっていくといわれますが、これは、睡眠そのものを持続する力（睡眠力）が老化するから。ノンレム睡眠が減って熟睡しにくくなり、眠りが浅くなってすぐに目が覚めやすくなります。そうすると、日中に眠気が残ってしまい、ついウトウト…ということに。
これを防ぐには、昼間になるべく身体を動かすことが大事。

眠りの寺子屋

寝室に観葉植物を

寝室に観葉植物を置くだけで気持ちよく眠れるんです！植物は二酸化炭素を吸収して酸素を作り出し、有害な化学物質なども吸収分解して、寝室の空気が浄化されます。また、水分を蒸散させるため、マイナスイオンを発生させ、疲労回復効果があります。もちろん見ても涼しげで落ち着きますね。ポトスやアイビー、サンスベリアやアロエがオススメです。

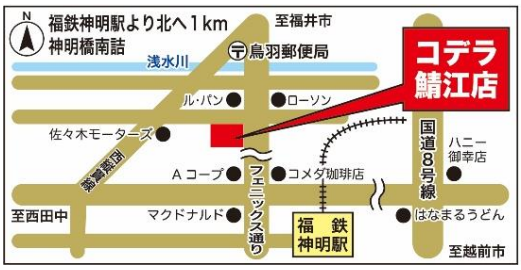
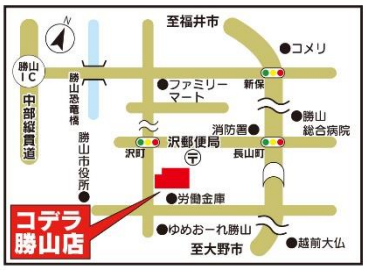
考え事をして眠れないとき…

寝床に入った途端に、あれこれ考え事をしてしまって眠れない…ということありませんか？そんなときは、昼間のうちに、気になることを紙に書き出しておくといいですよ。また、読書やスマホなど、眠り以外のことを寝床ではやらないこと。寝床は寝るためのところ、というイメージを自分の中にしっかりインプットすることでスッと眠りに入ることができるからです。

コデラ SINCE 1948

◆営業時間：9:00～19:00
◆定休日：不定休
◆駐車場：8台あり
◆ホームページ はこちらから →
http://kodera-f.co.jp

鯖江店 鯖江市丸山町2丁目8-23
☎(0778)52-7570



勝山店 勝山市沢町2丁目1-4
☎(0779)88-0670