

創業43年地域のふとん屋

城山ふとん店

平成22年5日よりStart!
Vol.43 平成26年6月号

- ★睡眠の質とは!?
- ★おふとん作り直し
- ★どんだけ健康会案内について書いてます◎

①人はなぜ眠る? ②理想的な睡眠環境とは

人は眠っている間に身体の休息と修復
気心の整理を行っています。脳が休息
により、次の日への活動の準備をしております。

温度: 24~28℃(夏季) 13~21℃(冬季)

湿度: 50~60%

- i) 温熱環境 ii) 音環境
- iii) 光環境が関わってくる。

重要

1日の約1/3の眠りの時間、あなたは
ぐっすり休めていますか? ※上の睡眠は概日リズムと同調していることが



③身体におう寝具って?

人は立っている状態の骨のS字カーブが
自然な姿と言われます。寝ている時も
この自然な姿を保つ為自分の身体にあ
う寝具と枕が重要と言われます。



肌再生のゴールデンタイムは
22時~2時の4時間

④城山ふとん店売筋Best3

- No.1 ラジカル敷ふとん
体圧分散に優れて、より身体を芯から
- No.2 京都西川ローズデューシー
家庭用医療寝具で寝ながらできる治療が好評
- No.3 エアウィーン
空気のかで、より身体を支える

⑤気軽に相談できるお店へ

弊社では宮崎県唯一の「睡眠改善イン
ストラクター」のいるふとん屋です。お店では
睡眠に関する相談やあなたにぴった
枕の無料測定会など行っております。
人生の約1/3は眠りの時間です。
睡眠の質を上げてより健康に
毎日を元気に過ごしましょう◎

価格目安 No.1 ¥41,040~ No.2 ¥129,600~ No.3 ¥30,240~

- 枕 No.1 あなたにぴったり枕の測定
ローズデューシー ¥17,820~
- No.2 自分で手軽に変えられる
高さの調節できる枕 ¥6,480~
- No.3 イビキが改善されたとのお客様の声
を頂いた ラテックス枕 ¥10,800~

時代は
ECO! ふとんの作り直し
おふとんは作り直すことで新品に替ります! 捨てる前にご相談も!

羽毛ふとん

シングルサイズ(税込)
¥21,384~
ダブルサイズからシングルサイズ
2枚へのサイズ変更も可能

- ※1 羽毛が飛び出てくる。
- ※2 生地が汚れた。
- ※3 生地がやぶれてしまった。

綿ふとん

シングルサイズ(税込)
¥12,960~

お預りしたおふとんをクリーニング
した後自社工場で作直し
を代行していたします!!



寝具のことで悩んだらまずはお電話を!!

宮崎県唯一の「睡眠改善インストラクター」がお悩みをお伺い致します

- ② 業務内容 ① 総合寝具販売 ② おもてなし貸しふとん ③ クリーニング
- ④ おふとんの作り直し(綿・羽毛・羊毛) ⑤ グライダル寝具 ⑥ ギフト包装
- ⑦ も布のヘリの修理 ⑧ タオル・エプロン・くまモンなどの雑貨販売を行います。

定休日: 永曜日 営業時間: 10時~18時 HP: <http://www.shiroyamafuton.com>
住所: 宮崎県延岡市大貫町4丁目2964 電話: 0982-34-2252

ちきちき娘の松田陽子より一言

城山ふとん店からのお知らせを読んで頂き、ありがと
うございます。私は27歳一児の母です。城山ふとん店
で働き始めて4年が経ちました。毎週木曜日
16時~16時55分は、FMのべあ(周波数
88.6MHz)にて「眠りの相談室」をお送りしてあり
ます。HPでは毎日「ブログ」を更新中々々 これからも
眠りと寝具について勉強していきますのでよろしくお願ひ致します。



6/15(日) 10:00~16:00
第4回
どんだけ健康会
城山ふとん店の営業している延岡市
では「健康で長生きを
目標に健康長寿のべあ」と
いう活動があります。今回、この活動を
サポートする「のべあ健康ささ愛隊」
にカノ入しました◎
どんだけ健康会では、ふれあいの場として
「眠りと健康ブース」を
させていただきます。健康チェックコー
ナや Dr. キッサニア(子どもも楽しめるイベン
)もありますのでご家族で遊びにいらし
て下さい☆ 参加費: 無料です。

