

☆お菓子はかか!?



♪おいしいお菓子、見つけた!!



道の駅内 JA 南国市直売所『風の市』には、野菜や果物のみならず加工品もいっぱい。今回ご紹介するのは『お菓子』。上と左の和洋菓子はいずれも同じ生産者さんのもの。新商品『焼どら』は二つのお味で午後のお茶受けに最適。左画像『ガトー・オペラ』は本格派のチョコケーキ。この方、高知県人なら誰でも知ってる有名お菓子メーカーで活躍された実はとってもすごい人。その味をこんなお買い得プライスで楽しめるのはどれだけ幸せなことでしょう。♪風の市でお求め下さい!!

猫のしつぽ 合間。平日が休みなので『すき間感』ばりばり。GW もあり偶の休みも天気の良くない日がほとんどで、ようやくロードバイク青猫V号に乗れた水曜日は前回のライドからひと月以上経過。結構暑くて、回転数(ケイデンス)重視で走ったが、ぼててしまい2時間47km位でリタイア、公園で休んで帰りました。やっぱり自分はもう少しトルクを使って『踏んで進んでる感』がないとだめみたい。月1回程度のペースだと、乗らない間に筋肉も落ちるので、室内用のローラーでも買わないとだめでしょうかネ。細切れの合間時間の有効活用方法も考えないといけません。風猫子