

自分にご褒美 ちょっとした贅沢



いつもより少し贅沢に、ちょっとだけ自分を甘やかす。そんな時ありますか？
すごい贅沢では無いけど、これを毎日というのは無理かな～という贅沢。
それを楽しみに日々頑張っていたり、元気をチャージする
ちょっとした贅沢を聞いてみました。



お花を買う事です。

ほっとした時、疲れている時
お花を見ると癒されて元気になる
そんな気がするのです。



少し良いものを食べる事です。
例えば高級卵を2個1等したり、美味
い物を食べる事が少し贅沢です。

ストレスが溜まっていると感じた時、
リフレッシュしたいと思った時です。



帰宅したあと、風呂上がりに飲むビール
がアツい生からエビスビールになった時。
年末、お中元の時期に復く事があり、贅
沢を感じます。

誕生日とかでしょうか。近所の焼肉屋に
食事をして行く時です。毎年必ず行きま
すが、年齢の事を少し感じます。



週末のビールと家での焼肉

特に決めているわけではないで
すが、一週間無事に過ぎました
とか、節目節目の時ですかね。

外食に行くことが多いです。
寿司か焼肉。

くらわんかカレーかなと感じます。
頑張ったご褒美として。



缶ビール → クラフトビール
ピザ → ハーゲンズ
お風呂にゆっくり浸かる、朝まで寝る

自分へのご褒美(思いっきり)です！



今更聞けない

カタカナ語

ピストロ 意味「高くないフレンチレストラン」

「あまり高くないお店」というニュアンスを含めて使われるフランス語。でも日本では、ピストロと名乗っていても、びっくりするくらい高くつくお店もあるので、事前にお料理の値段を調べてから行きましょう。フランスでは、大衆向けレストランや居酒屋をブラスリー、高級レストランをグランマンダムといいます。たまたに店名などで見かけると「料理」という意味です。また、イタリアでは、家庭的なレストランをオステリア、ピストロと同等のレストランをトラットリア、高級レストランをリストランテといいます。ちなみに、イタリアでの居酒屋はタヴェルナです。たんに、お惣菜だけを売るお店はデリカテッセンといいます。



私のせいたくしては、やはり仕事を忘れて
の旅行で美味しい名物料理をいただく
楽しみにしているからです。

ひとつの仕事などの区切り、あるいは何か
達成した時の気分晴らしの時です。



アイスがハーゲンズになったり、伊豆地下の
お惣菜買うの、クワイマッサー並べてもらう…等々

疲れた時や今週は頑張った！とかいう週末に
嬉しい時や幸せな気分時は満ち足りているので
特に欲しい気分にはなりませんが、こんな疲れた
のだから…と甘やかします。

あなたの“ちょっとした贅沢”は？

どんな時にしますか？



コンビニでちょっと高め
のコーヒーを頂く時です。

一つの仕事の区切りが
ついた時に頼みます。



いつも缶コーヒーのところをカフェ等
で買う時ちょっと贅沢したなと思います。

休日は少し贅沢したい気分になります。

いつものビールやコーヒー、アイスに数百円プラスした買えるちょいリッチな商品
に覚えるのが多いですね。他には焼肉を食べる事、少しランクを上げた物を食べる
…など「食」に関する事がちょっとした贅沢の代表のようです☆
食以外はお花、マッサージ、お風呂や睡眠、旅行…と癒しに関するような事でした。
プチ贅沢のタイミングは何か達成した、頑張った時。休日、一週間の終わりに。疲
れ、ストレスを感じている時ですね。小さな幸せ大切ですね☆
暑い夏で疲労が蓄積されたと思います。猛暑に頑張ったご褒美として
ちょっとした贅沢をしてみてくださいいかがでしょうか？

