

# Naoki Letter

創刊号

Vol.1

家族の笑顔を守りたいあなたへ



## はじめのごあいさつ

はじめまして！ディズニーとサウナ、そして何より家族のことが大好きな河村直紀です。このレターは、私とご縁のあった方にお届けする「Naoki Letter」。記念すべき創刊号の表紙は、家族で行った沖縄旅行の写真です。旅行の計画中、「沖縄美ら海水族館へ絶対に行きたい！」と家族全員の意見が一致。目の前で泳ぐジンベエザメの迫力や、どこまでも続く水平線の美しさに圧倒されました。見たことのない景色に心が震え、家族の最高の笑顔に出会えた、かけがえのない時間でした。

このレターでは、日々の気づきやチャレンジ、仕事やプライベートの話題を交えて、「家族を大切にするあなた」に寄り添えるような内容をお届けしていきます。それでは「Naoki Letter」スタートです！

# Naokiの好きなこと

このコーナーは、私の好きなことを綴るコーナーです！  
みなさんと共感できる「好きなこと」が見つかると思います！



六条温泉喜多の湯のHPはこちら⇒



## 風呂上がりのお楽しみ

六条温泉喜多の湯は、私にとって最高の癒しスポット。疲れた心も体も、ふっと軽くなります。

お気に入りのはサウナ。じんわりと汗が出てくる感覚がたまらず、「浄化されてる！」と実感出来るんですよ〜。

それでも10分が限界。なぜかというといく、友人と勝負しまして…。勝ちたくて無理をしたら、のぼせてダウンしてしまったんです。それ以来、自分のペースを大切にしています。

そしてサウナの後の楽しみといえば、やっぱりコーヒー牛乳！甘くて冷たいコーヒー牛乳が、体にしみわたる感覚が大好きなんです。

子どもの頃に、おばあちゃんに買ってもらった、思い出の味でもありますね。ここでコーヒー牛乳を飲むたびに、おばあちゃんを思い出して、心が温かくなります。みなさんにも、そんな思い出の味ってありますか？

## 美味しいものを食べる

### 絶品ハンバーグ！

静岡県のご当地グルメといえば、「炭火レストランさわやか」のげんこつハンバーグ。行列の絶えない人気店で、俵型のハンバーグが名物です。

レア状態で運ばれてきたハンバーグは、目の前で半分にカットされ、鉄板の上でジュウジュウと焼き上げられます。肉汁が飛ぶほどジューシーなので、ペーパーナプキンで衣服をガードするのがポイント。

味はまさに絶品。噛んだ瞬間、肉の旨味が口いっぱいに広がり、専用の塩を付けるとさらに深い味わいに。自宅から片道1時間半かけてでも行く価値がある、と断言できます。

とは言っても、どんなに人気店のハンバーグが美味しくても、妻の手作りハンバーグには勝てません。優しくてほっとする味に、心はつかまればなしです！愛情という、調味料のおかげでしょうか(笑)。皆さんにも、どこにも負けない妻の手作り料理ってありますか？



炭火レストランさわやかのHPはこちら⇒



# Naokiの好きな一冊

河村直紀が読んで心に残った本をご紹介します。  
忙しい毎日でも、ふと立ち止まって考えるヒントをくれるような本ばかり。  
「ちょっと読んでみようかな」と思ってもらえたら嬉しいです。



## 「成功哲学」

著者：ナポレオン・ヒル

私の人生における指針となっている書籍です。何度も繰り返し読むことで、その教えが無意識に刻み込まれ、数々の困難を乗り越える力になりました。

気持ちが沈んだとき、判断に迷ったとき、壁にぶつかったとき——そんなときは、必ず「成功哲学」を開き、自分の勇気や活力にしています。

ちなみに夜寝る前に読むことが多いのですが、内容が深く考えさせられるためか、気づけばすぐに眠ってしまいます(笑)。

Amazonでの購入はこちら⇒



## ナポレオン・ヒルの言葉から一言

このコーナーでは、河村直紀が心に響いた一言を毎月ご紹介。  
日々のヒントや気づきにつながれば嬉しいです。



「人は自分になりたい人間になれる。  
そして、何とんでも得たいと思うものを誰でも手にすることができる」

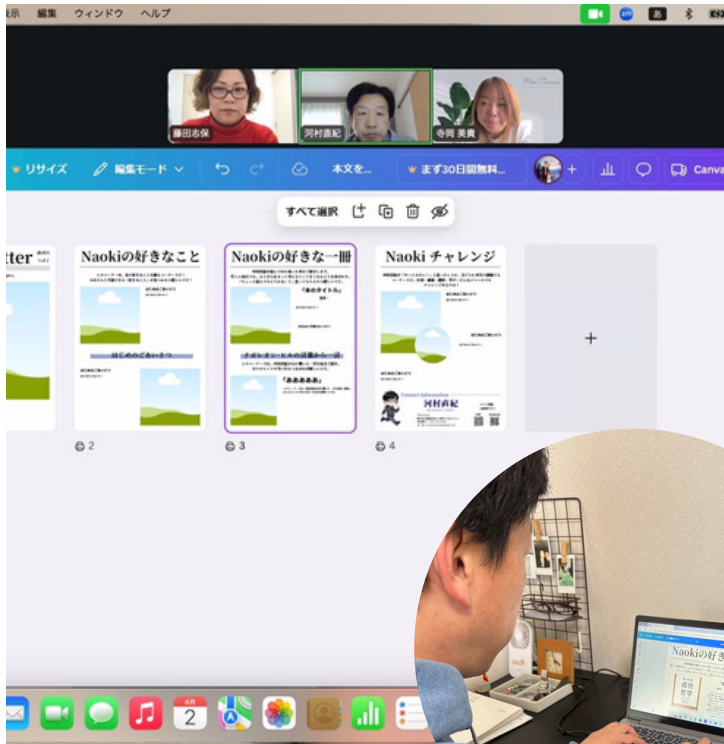
成功哲学の冒頭に書かれている言葉です。私はこの言葉で何度も励まされてきました。私は落ち込みやすく、優柔不断になったり、他人の言葉に傷ついたりすることがあります。そんな自分を「とても弱い人間だ」を感じることもあります。

しかし、そんな時こそ成功哲学を学び、自分を奮い立たせてきました。「自分は間違っていない。誰が何と言おうと、自分を信じて行動しよう。負けるものか!」と、自分に言い聞かせながら進んできました。

もしこの言葉に出会えていなかったら、私はきっと諦めの人生を歩んでいたかもしれません。言葉の力は本当にすごいものです。これからも、ナポレオン・ヒルのこの言葉を大切に、生きていこうと思います。

# Naoki チャレンジ

河村直紀が「やってみたい！」と思ったことに、月ごとに本気で挑戦するコーナーです。仕事・健康・趣味・学び…どんなジャンルでもチャレンジあるのみ！



## 実はこのレターは自作！

今回から皆さんにお届けしているレターは、すべて自分で作っています。なかなかプロっぽく仕上がっていると思いませんか？(笑)

PCスキルはまだまだ発展途上の私ですが、試行錯誤しながら、なんとか完成させました。作成には、無料アプリの「Canva」を使っています。これが本当に便利で、使えば使うほど新しい発見があって楽しいんです！これを機にもっとPCスキルを磨いていきたいと思っています。

## Zoomでレクチャーを受ける！

デザインの知識はゼロの私ですが、仕事仲間の「みきさん」と「しほさん」にサポートしていただきました。

レイアウトや文章構成など、さまざまなノウハウを教えてもらい、目からウロコの連続でした。次回は何に挑戦しようか、考えるだけでワクワクします。

## おわりに

「Naoki Letter」創刊号を最後までお読みいただき、本当にありがとうございました！このレターを通じて、誰かの心がふっと軽くなったり、温かくなったりしたなら、それほど嬉しいことはありません。たくさんの方の出会いに感謝しながら、これからも心を込めて届けていきたいと思っています。季節の変わり目です。どうかお身体を大切に、元気にお過ごしください。それではまた、次回のレターでお会いしましょう！



## Contact Information

# 河村直紀

-Koumura Naoki-

電話番号：080-3062-9686  
メール：koumura2164@gmail.com

ライン登録  
大歓迎です！

LINE



facebook

