

短い一日。

悪循環の休日寝坊、2日目。何だかんだいって昨日寝たの3時ぐらいになっちゃった。どうしても夜型人間が直らないね。おかげで、今日は9時にはおきようと旦那と気合を入れていたのにすっかりと昼過ぎだよ。あーあ。

だから、一日がとっても短かった。とりあえず私は、どうも昨日から腰が痛くってだんだんと耐えられなくなってきたので奮発してマッサージに繰り出す。一応ね、一ヶ月に一回という目安を決めてるんだけど。11月分として。30分の基本マッサージと、今までやったことないソフト整体という10分コースを組み合わせてみました。技師さんの言うとおりに力を入れたり動かしたりして行う整体で、ぼきばき！っていうのはそんなに無かった。正直言っていまいち効果のほどは感じられないけど??左の骨盤があがってしまっていて、どうやらそれが腰痛の原因だったらしい。改善されることを祈る。その後、旦那と合流して「ダイソー」へ。ダイソーに行くとはんとに時間がたつのが早いね。今回もたいしたもの買ってないくせに2時間ぐらいをダイソーで費やしてしまいました。あ、でも今回の目玉商品はベランダにひくウッドプレート。ためしにちょこっと買って来たけど意外と良さげで、今度ダイソーめぐりをして買い占める予定。本当は、タイルを敷き詰めたかったけど予算が厳しくて無理っぽいからね。来月までにはベランダをきれいにして、クリスマスイルミネーションにトライする予定。楽しみ、楽しみ。

意外と遅くなってしまったため、夜はやっぱり外食です。何だかむしょーにパスタが食べたくなくなってしまって、地元で唯一あるイタリアンレストランへ。ほんとはサイゼリアで我慢しようかと思ったんだけど、どーも混んでダメ大好きなジェノバ風のパスタと、贅沢に食後のミルクティーとティラミスでご満悦。やっぱり、私は外食ならパスタが一番好きだあ。

今日は早く寝ようかと思ってたはずなのにやっぱり布団に入ったらもう既に3時・・・悪循環ですな。