



# おとうの笑顔通心



みんなちは!  
1ヵ月で-4kgのダイエットに  
成功した原井啓介です。

※証拠写真→



## 9月といえは

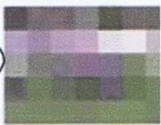
### 食欲の秋ですかね

長男が夕食を担当する  
というので手かせることに



(まっこと40分)

元(汗)



あまりのひどさにお見せ  
できません……

しかたがないので  
夕食は食べに行く事に。



※作った本人が一番喜んでいる



祭り好きの2人は  
仲よく食べ歩き

おいしー



その頃長男は……



し・しまったー // 31日なのに宿題が  
終わってない……  
※いつもの事です。

あ〜終わらない(涙)

ほほ徹夜(笑)



食べ過ぎに母が注意不さー



『おとうの笑顔通心』のタイトルの由来は、三児のお父さんである私のエピソードを通して、今までご縁のあった方やこれからご縁になる方に、クスッと笑顔をお届けしたい! という思いで名づけました(笑) 毎月発行予定です^^

《発行責任者》原井啓介 (はらいけいすけ) 株式会社建蔵 (けんせい) 代表取締役 昭和52年巳年生まれ  
妻と三児(長男、長女、次女)の五人家族 小学生2人 幼稚園児  
さいたま市緑区宮本2-21-6 TEL048-749-1692 Fax048-749-1692  
HP <http://kensei2009.co.jp> メール [harai@kensei2009.co.jp](mailto:harai@kensei2009.co.jp)