

ヘアサロンリーフが発信する
ニュースレターです。

LEAF

2020年 2月号

『美しい髪と健康な頭皮を極める専門店』
発行：リーフヘアデザイン 神奈川県大和市林間1-4-13
TEL 046(276)7366 beautymp@yahoo.co.jp



●こんにちは♪リーフ店長小林です。毎日、寒い日が続きますが、皆様お元気でしょうか？私は、毎日元気いっぱい仕事に健康に趣味のサーフィンも頑張っております♪よく、お客様に『冬は、海！寒いから、サーフインは、しないんでしょ？』って聞かれます。やっぱりサーフィンのイメージは、夏のスポーツですよ。しかしサーフインは年中無休。冬でも出来るのです。日本は四季がありますので気温、水温によって適したウエットスーツで海に入ります。お陰さまでウエットスーツ8着もあるとじゃまです(笑)冬のウエットスーツは、内側は暖かい素材。外側は水がしみ込まない素材で出来ていています。その他、海用ブーツや手袋もあるので寒さ対策はばっちりです。唯一の！この季節の我慢所は、『真冬の外着替え！』流石に辛いです『寒い〜！』(笑)

『小林店長！美容師物語。』

第126話『ロールブラシの使い方の巻』20代編

先生から、半乾きの仕上がりの合格を、何とか頂きました。次はロールブラシを使ってブローの練習。『始め！』『あれ！』『上手く回転出来ない！』『難しい！』そんなんです！ロールブラシは髪をブラシに絡ませ、回転させ巻き付けるのですが、回せない！右手は利き手なのでまだ動くのですが、左手も右手と同じように回転させる事が出来ないと仕上げが出来ないんです。『あの...出来ません。』『小林！暇な時間は、肌身離さず、ロールブラシを回している！』『はい〜』『あと、箸は左手な！』

*春季号もお楽しみに♪



とくなく？ 面白トリビア 『やる気が出ない時にやる気を出す方法？』

やることのあるのにやる気が出ない時や気が散漫になって集中できない時に試してほしい方法を紹介します。

脳は、右脳と左脳に分かれています。右脳というのは、不安や恐怖、悲しみと言った行動を抑える時に活発に働きます。逆に左脳は、やる気を出したり行動を生み出す時に活発に働きます。ですので、左脳を活発に働かすことでやる気が出たり、物事に集中しやすくなります。

では、どのようにするかというと「右手を使う」です。テニスボールを右手で握るのもいいですし、右手をグーパーと開閉するのもいいです。右手を使うことで左脳に刺激が入り活発に働きますので、やる気を出して集中しやすくなります。

皆さんも、やることのあるのにやる気が出なかつたり気が散漫になって集中できない時に1度試してください。



健康美容情報

『冬を健康、元気に過ごす為のポイント！』

一度知ってしまったら、とつても重要する情報です

身体が乾き(乾燥)に気を付けていらつしやる方はいますか？乾燥している感覚は、はつきりとわからないので気づきにくく仕方が無いのかもしれませんが、乾燥の影響は体にはつきりと表れてきます。皮膚がかゆい・筋肉がこわばる・ふしぶしが痛い・目が乾く・咳が出る・胃がある身体がむくむ・トイレが近くなる・等等乾燥しているの、知らないうちに皮膚や呼吸から水分が飛んで行ってしまいうちにはカラカラになってしまいう事もあります。身体が乾燥してくるので「水分」を取る事が必要なのですが、最もよいのが「水」です。気を付けておきたいのは、お茶や紅茶は飲んでも水分補給にあまり効果が無く、コーヒーやお酒はかえって乾燥を助長させてしまいます。『寒い時期に水を飲むと体が冷えてしまわまいか心配』と思われるかもしれませんが、身体がちゃんと引き締まっている(冬の体になつている)と、冷たいものが美味しく感じようになりません。冷たいものが美味しく感じない時は、足湯をしたり、お風呂にしっかりと入って下半身を温めることが効果的です。気になる方は是非お試しください。



顔のハリや保湿！ 足りていますか？

当店に新しく仲間入りした化粧水。『馬フラセンタ化粧水！』(保湿成分)馬フラセンタエキス・ヒアルロンサン・こうね馬油配合。しつとりと、とろみのある化粧水でお肌に潤いを与え柔らかくハリのある肌へと導きます。低刺激でお肌にやさしい無添加化粧水です。



(¥1980税込)

- 防腐剤パラベンフリー
- 石油系界面活性剤フリー
- 香料フリー
- 鉱物油フリー
- 旧表示指定成分フリー

ニトちゃん(カボチャ元氣に活動中)



『お客様が、ご来店の時。嬉しくて興奮しちゃうんです。』

当店は完全予約制です。いつも忙しい訳では御座いません。まれに、ご希望のお時間に予約が取れない事もございます。ごめんなさい。なので50日先までご予約可能ですので早め早めのご予約を、お願いいたします。

(広告) 肩こり、捻挫、骨折などトータルケアは『ふたば整骨院』におまかせください！

住所 〒242-0006 神奈川県大和市南林間2-8-15 TEL 046-277-8210



美しい髪と健康な頭皮を極める専門店

リーフヘアデザイン

医療美容認定サロン

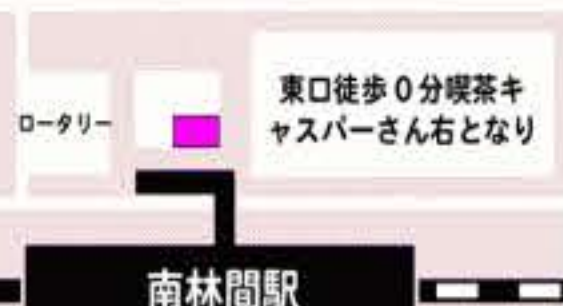
完全予約制・ご予約受付中！



TEL 046-276-7366

http://leaf-h.jp/ beautymp@yahoo.co.jp

ご予約・お問合せは、お電話・HP・メールでどうぞ！



美容が大好きなアシスタント募集中！

〒242-0003 神奈川県大和市林間1-4-13 小田急江ノ島線『南林間』駅/東口0分 〔営業時間〕AM9:30～ 予約受付終了時間PM6:00