

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 春季号

『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。リーフヘアデザインがオープンして、あっという間に10年が過ぎてしまいました。『早っ!』10年も経てば色々古くなり汚れが目立ってきますよね! 『店長の顔のシミもね。(涙)』店内、新しい物に変えながら、清潔綺麗に保ってきたつもりです。が、一番汚れが気になってきたのが外の『看板!』入り口は店の顔! 『よし!』心機一転イメージを変えて新しい看板に変えよう! オープンから着けていた看板。拘りがありました。この看板デザインはデザイナーさんに頼み、自分の大好きなブルメリアの花を入れてもらいハワイのイメージで作成してもらったお気に入り看板でした。今回変えた新しい看板イメージは『大人の落ち着いたお店。』デザインはシンプル。このニュースレターのデザインと同じ『LEAF』にしました。このブロック体の文字! 微妙に1文字1文字大きさが違うんですよ! なんてだとおもいます? 同じ大きさですとバランスが悪くかっこ悪いんだそうです。さすがプロはちがいますね。『新生! リーフの看板お楽しみに♪』



『小林店長! 美容師物語。』

第127話 『回転回転また回転の巻』20代編

お箸を左手で持ち、ご飯を食べて早一ヶ月。結構上手く食べられるようになりました。それと同時にロールブラシの回転も板についてきました。しかし、先生の仕上がり明らかに違うんです! なぜ? 『小林! 温風ばかり使わず冷風も使え!』 『えっ?』 『冷風ですか!』 『なぜ?』



*4月号もお楽しみに♪

へー! とくうなすく?

面白トレディア

『栄養相殺のNGな食べ合わせ』

◆納豆×生卵
納豆に含まれる皮膚や粘膜を維持して美肌を作る栄養素・ビオチンは、生卵の卵白にあるたんぱく質・アビジンと結合すると、体内に吸収されにくくなる。納豆にのせるなら卵黄のみに。



◆トマト×きゅうり
きゅうりに含まれる酵素・アスコルビナーゼが、トマトのビタミンCを破壊。ただしアスコルビナーゼは熱や酸に弱い。炒めものや酢のもの、漬けものなど、調理して食べるとよい。



◆大豆×ひじき
大豆サポニンには、腸に働きかけ、脂質を洗い流して排泄を促す効果があるが、食物繊維が豊富なひじきと合わせると、相乗効果で腸を過剰に刺激し、下痢になることがある。



◆ちりめんじゃこ×大根おろし
生の大根に含まれるリジンインヒターという抗体が、ちりめんじゃこに含有の細胞を修復する必須アミノ酸・リジンの吸収を妨げる。



◆ぎんなん×日本酒
アルコール代謝にはビタミンB群が必要だが、ぎんなんのメチルピリドキシニンが、ニキビを減らして美肌を作るビタミンBの働きを妨げてしまう。



一度知ってしまえば、とっても重要する情報です

美容情報

『4日に1度、15分で免疫力UP!』

4日に1回、炭酸入浴剤を入れた40度のお風呂に15分つかると、免疫力がアップするそうです。体温が上昇する事でヒートショックプロテインという、体内で作られるたんぱく質の一種ができます。これには、傷ついた細胞を修復する作用などがあり、白血球の数が増えるため、免疫力のアップも期待できるというのです。ただし3日に1回以上すると効果がなくなるそうです。

入浴の新常識!

- 体温を上げて血行促進
- 睡眠の質を高めホルモンの分泌を促す
- 体内の高酸化酵素を活性化
- 傷ついた細胞の修復・活性化
- 入浴の仕方、免疫力UP



新しく生まれ変わったリーフの看板。



こちらが新しく変わりました看板です。がらっと店の顔が変わったと思います。

ニこちゃん(今日も元気に出動中)



『最近、御案内ができます。』

当店は予約優先制です。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

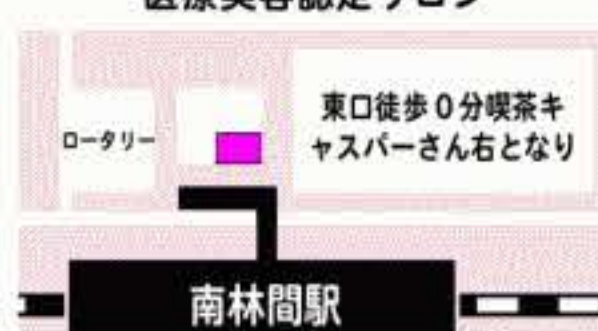
完全予約制・ご予約受付中!



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 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