

# LEAF

2020年 11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。僕の休みの日の楽しみ『サーフィン♪』この所ずいぶん行けておりません。何故か？ 実は。職業病ですかね？ 立ち仕事の天敵。『ひざ』痛いんです。先日、病院に行くと、10年前にもひざ痛で通ったみたいで、その時撮った(MRI)を見ながら先生が『骨が壊死しているね』『壊死って？ 腐っているとさう事？』先生曰く『骨がぼろつともろくなっている状態で、10年経った今。悪くなる事はあっても良くなる事は無い！』と。一番は、手術！ 両足の骨を切ってバランス良くつなげる手術をした方が好いとの事。怖い。『次回、もう一度MRI撮ってから決めよう。』との事。その後。もう一度MRIを撮り、診察で手術日決めるんだろーなと落ち込んでいました。『小林さん。どぞぞ。』先生が一言。『不思議なんだよな？』『前の写真と比べると、治っているんだよな？』『初めてなんだよ？』『えっ！』『本当ですか！？』『この黒い部分が白くなっているでしょ。』『確かに！』やったら手術回避！ 『奇跡が起きたよ♪』まだまだ美容師を続けて行きたいので、少しお休み増えたりしますが、体大切にがんばっていきます。人体は不思議だ。

『小林店長！美容師物語。』

第134話『もう買えないの巻』20代編

お支払いは？ リボ払いでおねがいます♪ また買っちゃった♪ 『こちらのカード使えないみたいです。』『もしかしたら、限度額超えているかもしれませぬ。』『なぬっ？』



\*12月号もお楽しみに♪

へえ〜とうなずく

## おもしろトリビア

『お腹がへると、どうして「グー」と音が鳴るの？』

食べ物は口↓喉↓食道↓胃↓十二指腸↓小腸↓大腸という順番で通過していきます。

食べ物を柔らかくするために胃は縮んだり開いたりするので、たくさん食べ物が入っているときは音はならないのです。

音が鳴るのは、空気が細いところを通るとき。

食べ物がどんどん小腸へ流れていくと、最後は胃の中は空気と食べかすになるのですが、食べかすと空気が一緒に十二指腸へ出るときに音が鳴るのです。

ちょうどケチャップのボトルを逆さにして、胃に見立てみます。ケチャップをどんどんだしても音はなりませんが、最後までなくなってきたときに「ビュッ」と音が出ますよ。

その原理と同じなんです。



## 健康美容情報

『こむら返りの対処法。』

一度知ってしまったら、とっても貴重する情報です

ふくらはぎの筋肉がけいれんし、痛みを感じるのが、こむら返りです。この状態を「足が、つる」と表現する人もいます。

睡眠中や、足を動かした直後に起こりやすい傾向が見られます。また、筋肉の弱い人が急激に運動したときや、妊娠中の人や糖尿病の人にもこむら返りを起こしやすいようです。

これはこむら返りが、筋肉の硬直を起しているときに起こるからです。睡眠中に起きるのも、体が休んでいることで、緩んでいる箇所と、緩みにくい箇所との格差が大きくなって、この格差が筋肉の硬直を生むからです。そのため、体全体に硬直がある人、とくに老人のような体は緩む箇所がないため、こむら返りはまず、起こらないのです。こむら返りが起こった時の応急処置としては、大元である腰の筋肉を緩めれば、足の裏側の硬直はとれます。つま先は足裏側に丸めたほうで足裏の筋肉が緩みます。

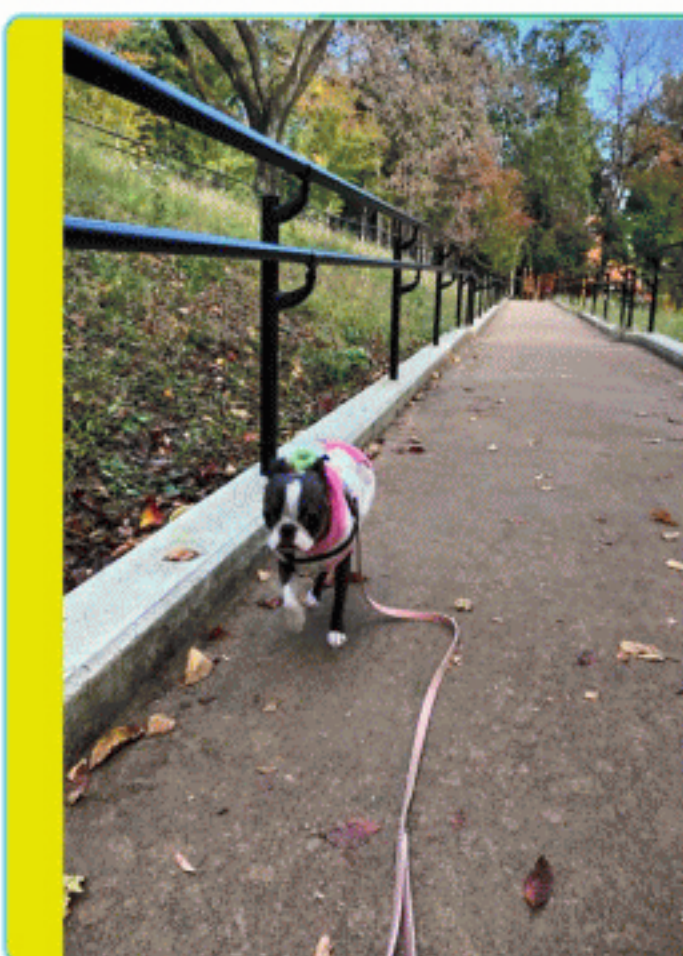
1. 膝を抱えるように曲げて、腰を伸ばして緩める。

2. 仰向けに寝たままやってOK。



## 今日も元気に出動中

看板犬ニコちゃん！



## NEWアイテム

### パサパサの髪！芯から潤う♪

髪にとって本当に必要なのは水。大切なのは表面を濡らすのではなく髪内部まで浸透させる事！ ナノより小さい100億分の1単位の分解浸透率が違います。パサつきもさよならです♪



¥3500 (税込)

当店は、感染対策を施した上通常営業しております。店内ではスタッフとお客様が1対1になる様に、お客様が重ならない予約調整に務めています。感染が1日でも早く収束する事を心から願っております。

(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

# LEAF

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

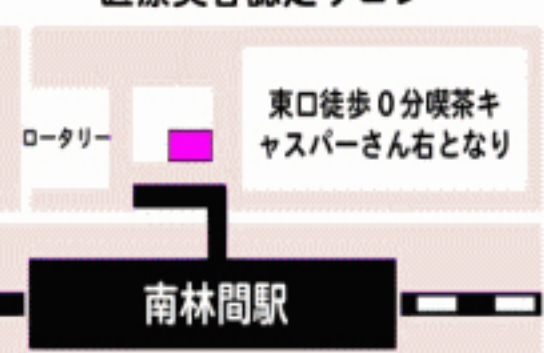
医療美容認定サロン

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！

【営業時間】 AM9:30 予約受付終了時間 PM4:30

〒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

美容が大好きなアシスタント募集中！