

LEAF

Hair Design newsletter

2026/02

リーフヘアデザイン | 美しい髪と健康な頭皮を極める専門店 | TEL046-276-7366 | 神奈川県大和市林間 1-4-13

こんにちは！
リーフ店長小林です♪

還暦をむかえた兄（60）と、3歳下の私（57）。今年も恒例となっている、兄弟二人きりの男旅に出かけてきました。大人になってからも、こうして二人で計画を立てて出かけるのは、私たちにとってかけがえのない楽しみになっています。日光鬼怒川温泉に宿泊した次の日観光したのは！？ 宇都宮にある『若竹の杜 若山農場』です。目の前に広がるのは、見渡すかぎりの見事な竹林。その圧倒的な静けさと美しさに心が洗われる思いでしたが、そこで兄が子供のように食いついたのが、竹で作られた巨大なブランコでした。還暦の男が竹林の中でうれしそうに揺られている姿は、見ていてこちらまで楽しくなり、私もつられて少しだけ子供のころに戻ったような気分になりました。続いて足を運んだ大谷資料館では、地下に広がる大きな神殿のような空間に言葉を失いました。昔の石切り場だというその場所は、ひんやりとした空気と、どっしりした雰囲気満ちていて、自然と歴史のすごさに二人で深く感動してしまいました。お昼は佐野まで移動して、名物の佐野ラーメンを。あっさりとしたスープが体に染み渡りましたが、予想外の驚きだったのが「佐野餃子」です。その大きさと、もちもちした皮の中に詰まったうま味の強さに、二人で「これは主役をはれるおいしさだね」と顔を見合わせ、夢中で食べてしまいました。旅の最後に向かったのは、あしかがフラワーパークです。ここは「世界の行きたい場所 10選」にも選ばれている場所。残念ながら藤の花の時期ではなく、立派な枝を眺めるだけとなりましたが、今回の兄には大事な役目がありました。それは、娘から頼まれていた園内限定の「ちいかわキーホルダー」を絶対に手に入れることです。広い売店を二人で一生懸命に探し回り、ついに見つけたときは、兄もホッとしたようで「これでいい顔で帰れる」と、この日一番の笑顔を見せてくれました。花は見られなくても、喜ぶ家族の顔を思い浮かべながらお土産を手にし、おいしいものを食べ、よく歩いた。そんな何気ない時間が、何よりのぜいたくだと感じる50代と60代の休日でした。



次回もお楽しみに！



193

小林店長
美容師物語
30代 編

入院から復帰して忙しく働く店長。毎日は充実しているけれど、ふとした瞬間に一息つきたくなります。そんな私の目に留まったのが、スタッフの野口くんが通勤に使っているバイク。今、キムタクが美容師を演じている大ヒットドラマで、主人公が乗っているのと同じモデルなんです。野口くんがさらっと乗りこなす姿を見ると、なんだかすごく自由で楽しそうで、「いいな、私もあれで風を切って走りたい」なんて思ってしまうけれど、野口くんとお揃いになるのは少し照れくさいし、何よりミーハーすぎるかな……。憧れと現実の間で、もうしばらく悩みそうです。欲しい……。



健康 美容 情報

毎日を心地よく、若々しく過ごすための3つの習慣

50代は、これまでの頑張りが体に現れやすい時期ですが、丁寧にケアした分だけ体は必ず応えてくれます。今日からできる「若返りの習慣」を3つにまとめました。

- ① 「お肌の素」をしっかり食べる：筋肉や肌のハリを守るため、毎食「手のひら一杯分」の肉や魚、卵などのタンパク質を意識しましょう。
- ② 血管をほぐして血流アップ：血管のしなやかさが若さの鍵です。深呼吸や軽いストレッチで血の巡りを良くすると、肌にツヤが戻り、疲れにくい体になります。
- ③ 睡眠で「脳の掃除」をする：寝ている間、脳は老廃物を掃除してくれます。質の良い睡眠は、どんな高級な美容液よりもあなたを輝かせてくれます。

おもしろ トリビア

「思い出せない」は脳のゴミのせい？

「思い出せない」のは老化ではなく、膨大な知識が脳に詰まった「情報渋滞」が原因です。

焦るほど脳に負荷がかかり検索が止まるため、一度考えるのをやめてリラックスしましょう。

別の作業に移り脳を解放すると、忘れた頃に検索機能が働いてスッと思い出せます。年をかさねたド忘れは、それだけ豊かな経験を積み上げた証拠とも言えるのです。



リーフのおすすめ

7日で実感。美容医療級まつ毛ケア

ノーベル賞で一躍有名になったIPS細胞（幹細胞）エクソソームを使った『まつげ美容液』色素沈着などのダメージがないので安心してお使いいただけます。



看板犬

nicoちゃん
毎日全力で出勤中



犬が不安な方はどうぞお伝えください。奥に待機させます。

LEAF HAIR DESIGN

https://www.leaf-h.jp/ beautymjp@yahoo.co.jp

ご予約・お問い合わせは、電話・HP・メール・LINEどうぞ！早期予約受付中！
本日から50日後まで予約OK！
メンバーズカード、次回予約で割引あり！

TEL 046-276-7366

【予約受付時間】 AM9:30 ~ PM16:30

定休日：毎週火曜日・第3木曜日（不定休あり）/ 医療美容認定サロン

LINE 簡単予約 @alj3546g
LINEから、いつでも簡単予約できます！
ご予約、予約変更、質問など、お気軽にどうぞ！

高濃度ハーブを使った刺激を抑えた施術だから
カラー パーマ 同時OK!

リーフのOFFサービス
メンバーズカード
スタンプをためて割引サービス
次回予約カード
お会計時に次回予約で割引サービス

営業カレンダー

*営業スケジュールは、変更になる場合もあります。

休業日

2月							3月							4月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	5	6	7	8	9	10	11
8	9	10	11	12	13	14	8	9	10	11	12	13	14	12	13	14	15	16	17	18
15	16	17	18	19	20	21	15	16	17	18	19	20	21	19	20	21	22	23	24	25
22	23	24	25	26	27	28	22	23	24	25	26	27	28	26	27	28	29	30		
							29	30	31											



リラックス効果のある季節の香りで、心やすらぐひとときを。ただいま『フレッシュガーデンハーブ』の清々しい香りで皆様をお迎えしております。どうぞ深呼吸して、ごゆっくりお過ごしください。