

どーも、和田です。

今年ももうすぐ終わってしまいますが、いかがお過ごしですか？

先日、5歳の娘がインフルエンザにかかりました(￣д￣) ぜんぜん元気そうだったんですが、少し熱があったので、病児保育に行ってもらうために、病院に行って検査してもらいました。そしたら、まさかのインフルエンザ A 型陽性。急遽、病児保育の隔離室に変更になりました(^_^;) この年末の忙しい時期に、しかも、産休スタッフが2名もいるこのときに…。「和田家のみんながうつってしまうとやばい…」と思い、僕と娘の軽い隔離生活を送ることになりました(>_<)

僕は家でも仕事ができるので、みんなに迷惑かけないように、家にこもって仕事をしていました。すると、ここ最近はいつもですが、**家にこもると『手荒れ』するんです(°_°)**

不思議に思うかもしれませんが、お店では、ウルトラファインバブルや炭酸泉、コタシャンプーを使ってるので、美容室でシャンプーしてるよりも、家で簡単な家事をしてるほうが、『手荒れ』するんですよ。しかも、ちょうど乾燥しはじめたときだったので、一気に手荒れがひどくなってしまいました(>_<)

この時期の乾燥を舐めてました…。日常的に、JC Program で、お顔のケアはしっかりしていますが、手のケアは疎かにしてました(^_^;)

手荒れや顔、くちびるの乾燥は痒くなったり、痛くなったりするので気づきやすいですが、髪はどうでしょうか？ 頭皮は痒くなるかもしれませんが、髪は痛みを感じませんよね？

寒くなって乾燥してくると、静電気がおきたり、ゴワゴワしますが、そのサインを見逃してしまうと、髪が引っかかったり、バサバサしてきます。これは、キューティクルが剥がれ落ちてしまったということなので、もう元には戻りません(T_T) **髪は、死滅した細胞なので、回復しません。傷んだところは切るしかないんです…。**髪が修復不能で、手遅れにならないためには、**保湿が重要**です。

まずは、コタのベース剤の「B1」で保湿しましょう。そのままだと、冬の乾燥のなかでは、水分が蒸発しやすいので、「B3」などの乳液タイプか「B7」などのオイルタイプの油分で蓋をします。そうすることで、乾燥から髪を守り、髪のまとまりやツヤ感がアップして、見た目もバッチリになります!(^^)! あと、最近発売した「クチュールベース」は「B1」の保湿とオイルが一緒になったタイプなので、簡単に乾燥ケアが行えます。そして、1ランク上の補修成分が入ってるので、ダメージケアにも効果的です(*^_^*) この時期は、静電気が収まったり、パサつきが収まったりと効果を感じやすい季節なので、新しいことをするのが苦手な人でも、継続しやすいです(^^♪ ぜひ、お使いくださいね！

では、この辺で…<(_)_>

1月2月休み(火曜日以外)

1月8日(水)、22日(水)、30日(木) 2月7日(金)、10日(月)、19日(水)

高梨 11月中旬～産休

年末年始休暇 12月31日～1月5日(日)



Google口コミはこちら



公式LINEはこちら



homey roomy news

こんにちは。坂井です。急激な気温の変化に追いつきません。関東は雪が降らなく新潟出身の私にはとても生活しやすい環境ですが、乾燥がとにかくすごい!!と思います。体は乾燥でかゆみも出ますし、のどもカラカラ。とにかく潤い不足に悩まされます。

外からのケア、乾燥対策は比較的されている方も多くと思います。スキンケアはもちろんですが、食べ物などのインターケアも大切になってくると思います。お店でも乾燥対策として、スポンジやJCIの化粧品、美肌アイテムとしてコタ商品などおすすめておりますが、睡眠不足や運動不足、偏った食事などが習慣化していると、ターンオーバー(肌の新陳代謝)が古しれ、美肌や健康な頭皮から遠のいてしまいます。腸内環境を整えることで肌のターンオーバーが正常化し、肌の水分量が増えるという側面もありですので、ぜひ気にして生活してみてください😊

乾燥肌が気になる人が取り入れたい物は？乾燥肌への基本対策としては、いろいろな食べ物をバランスよく摂ることです。それぞれの栄養素が体内で働くことで改善の方向へむかいます。

★発酵食品と食物繊維を一食者に食べ腸を整える

★牛羽先や牛すじなどはコラーゲンとエラスチンが豊富

★カゴメ昆布はフコタンが豊富

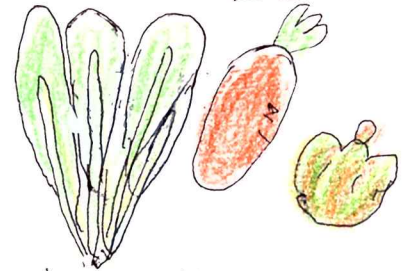
★生芋にんにくはセラミドが豊富

★卵は完全栄養素

★牡蠣は亜鉛が豊富でターンオーバーの正常化に役立つ

★トマトジュースはリコピンが豊富

★大豆食品はイソフラボンが豊富



どんなに食べ物に気をつけていても、不足してしまう栄養素はあります。時間に追われてバランスのよい食事が摂れない時もあります。

そんな時は、お店の近くに「栄養ステーション」といって簡単、お手軽に野菜ドリンクが飲めますのでぜひ一度行って見て下さい😊

HOMERYROOMY NEWS



みなさん こんにちは、小林です!! 今年も残りの年がかりになりましたね! ホームルームニュースも今年最後になりました。12月もいろいろなところに出掛けました。先日、大宮の方に用事があり、ついでに猫カフェに行ってきました。人生2度目の猫カフェでしたがめちゃめちゃ癒されました。時間帯がお昼過ぎだったせいか半分くらい寝てました(笑) 犬と違って懐いてくれませんが、僕はたまに猫の方が好きです!!

他にも赤レンガのクリスマスマーケットに行ってきました!! 初めて行きましたか賑わっていて人も多く、ビールを飲めたら飲めたいくらいでした(笑) 何よりクリスマスツリーの色合いが赤と緑で僕が一番好きな組み合わせでキレイでした。

さて、今年も皆様には大変お世話になりました。とても充実した1年を送ることができました!! 来年もお客様の髪をキレイにできるように努力したいと思いますので、よろしくお願ひいたします!! 少し早いですが、良いお年をお迎えください!!

- 「乾燥時期 オススメ アウトバストリートメント」
- | | |
|--------------------------|------------------------|
| B1 化粧水タイプ
200ml 3630円 | B3 乳液タイプ
100g 4400円 |
| ショート 570円 | 200g 6600円 |
| ミディアム 5~1070円 | ショート 1~270円 |
| ロング 10~1570円 | ミディアム 2~370円 |
| | ロング 3~470円 |

ハサウキにも効果があり、個人的には髪が柔らかくなるB3がオススメです!!
 コウのトリートメントで乾燥時期を乗り越えよう。



Homey roomy news

みなさんこんにちは、佐藤です。

あ、という間に冬本番と思ったら、2024年ラスト & 2025年スタートですね。みなさんの年末年始の過ごし方をぜひ教えてください！

私はお盆休み同様、秋田と新潟に帰省予定です。

どららも雪国で極寒・大荒れなのでしっかりと寒さ対策をして行きたいと思います。お正月といたらお年玉ですが、社会人になったので今年からはもらえず... (泣) 美味しいものを沢山食べて親戚との久しぶりの再会を楽しめます😊

先々月号からお話していたヘッドスパの検定の結果がなんと！届きました！☑️ 結果は...無事に合格しました！80点以上で合格で、実技90点、筆記100点でした。営業前や後に勉強や練習していたのがあります。応援してくれてくれた方ありがとうございました♡これからもいいヘッドスパが提供できるよう努めていきます♡

今月の一曲

12月4日(水)に2024年ライブ初めをしてきました。今回参戦したのはSumikaのファンクラブツアーです。ツアー開始前にメンバーの1人が体調を崩してしまて、いつもとは少し違った編成でしたが、それもまた新鮮でとっても楽しむことができました。

2025年は既に8本のライブフェスに行く予定なので、2025年も仕事にプライベートに充実した1年にしていきたいと思っています。



Sumika
の
「まいった」