

毎月テーマを変えてスタッフが一言ずつつぶやいています。お楽しみにしていただけると嬉しいです。

今回のテーマは

朝型!?夜型!?

です。



夜明けとともに目覚めたい朝型です。と言ってもそんなに早くは起きられません。夜は早く眠くなってしまい、意識もうろう状態。徹夜で勉強なんてできた試しがなく、夜遊びも楽しめません。朝型の人と夜型の人割合ってどれくらいなのでしょうね。やはり私は少数派・・・?

店長 木村 育代



完全夜型です。気づいたら外が明るくなっていたなんてことが昔はよくありました(^\_^;) 好きなテレビを見たり、ネットショッピングしたり、自由で最高の癒しの時間です。朝型にしたいなあと思っはいるのですが、なかなか習慣って変えられせんね〜 みなさんは朝型ですか?それとも夜型ですか?

テクニーク 周東 千幸



## サロントリートメント(美容室でのトリートメント)とホームトリートメント(お家でのトリートメント)の違いって?

POINT

はじめに髪の毛の構造の説明ですが、髪の毛は三重構造となっていて、海苔巻きのようになっています。

- ① 海苔の部分 → 【キューティクル】 髪の毛の外側、表面に内部を守っています。
- ② お米の部分 → 【コルテックス】 ほぼタンパク質で、髪の毛の太さ、かたさ、強さに影響します。12%~13%の水分を含み髪の毛のしなやかさを左右します。カラーやパーマが作用する部分。
- ③ 具の部分 → 【メデュラ】 芯となるところで髪の毛の弾力に影響します。細い方ではない場合もあります。



### 「サロントリートメント」の特徴

複数のトリートメントを組み合わせたり、ブレンドして使うタイプ「システムトリートメント」が一般的です。

- 分子量が小さく内部まで入りしっかりと浸透。
- ダメージしている部分それぞれに、それぞれ必要な栄養を補給、補修し良い状態にする。
- 効果の持ちも3~4週間と良いです。

★ 海苔巻きの海苔の部分とご飯の部分までしっかりケアできます!

### 「ホームトリートメント」の特徴

単品のものが多いです。

- 分子量が大きいため表面のみコーティング。
- サロントリートメントを長持ちさせてくれます。
- 外側からのダメージから髪を守り、指通りを良くしてくれます。
- 髪の毛内部までのケアは難しいです。

★ 海苔巻きの海苔の部分だけをケアできます。



♪ 理想のケアは、サロントリートメントのスペシャルケアでたっぷり栄養補給、ダメージ補修をし、ホームケアトリートメントでより長持ちさせることがとても良いです。

夏の傷んだ髪をぜひスペシャルケアをしましょう。

ご質問などお気軽にお声掛けください。

## 髪のアドバイス 急激に乾燥させると...

濡れた髪は傷みやすいので、シャンプー後はなるべく早く乾かしてしまふことが大切です。しかし、ドライヤーの温風を一箇所に当て続けると、キューティクルが反り返ってはがれやすくなります。見た目もツヤがなく、バサついた感じになるので、フローの時はドライヤーを小刻みに動かしながら、髪全体にまんべんなく温風が当たるようにしましょう。



## お手軽レシピ カルボナーラそうめん (1人分)

- ① ベーコン1枚を5mm幅に切り、フライパンでカリカリに炒める。
- ② 卵1個を溶いておく。→③ 鍋に湯を沸かし、そうめん1束を1分半茹でて、ざるに上げておく。→④ ①のフライパンに、バター10g、牛乳150cc、粉チーズ大さじ1杯半、コンソメ顆粒小さじ半分、塩・黒こしょう少々を加え、弱火で加熱して沸騰寸前で火から下ろし、②の溶き卵を入れて手早く混ぜる。→⑤ ③を絡めて器に盛り、卵黄をのせる。

