



店長 木村 育代

暑い夏でも毎日湯船に浸かる
ことです。体の疲れがとれや
すく、むくみなどもとれるの
で毎日欠かせません😊
あと暑さが厳しくなってきた
からクエン酸を摂るようにし
て疲労回復するように意識し
て飲むようにしています。
今年はそれでも
バテそうです😓



夏バテ対策は睡眠の質を上
げることです。私は昔から
寝つきが悪く、睡眠も浅い
タイプです。夏は特に暑苦し
くて、眠れないです😓
冷感シーツを使い始めてずい
ぶん経ちますが、数年前に
スーパークールと言われる冷
感シーツがあらわれ、それ
にしてからは快適に眠れていま
す🎵今年もこれで、良い
睡眠がとれると良いです✨
テクニーク 周東 千幸

Flower
からの
お知らせ

〓 おうちで美活♡〓 「おすすめホームケアトリートメント」
サロン仕上がり美しくキープ！

ファルジュア
ラストイングマスク



うねり・広がり・パサつきなど
髪の三大悩みに特化した
トリートメント！

保湿成分の【トステア】【レブリン酸】と、毛髪保護成分の【γ-ドコサラクトン】の、
3つの最強成分で構成された
「トリプルボンディングシステム」
採用。

髪を内側と外側から整え、
理想の髪へ導きます

【使用方法】

シャンプー後、軽く水気を切り、
中間から毛先を中心に
適量をよくなじませてから、すすぐ。
使用目安は週1～2回。

ご質問などありましたら、
お気軽にお尋ねください



ファルジュア システムトリートメントの仕上がりホームケアアイテムで美しくキープ！



ファルジュア
ラストイングマスク コンセントレート
50g/1,400円(税込1,540円)
☑️ しっかりとした仕上がりにしたい
☑️ 髪が細く、ハリがない
☑️ ブリーチをして髪が弱々しい



ファルジュア
ラストイングマスク モイスト
50g/1,400円(税込1,540円)
☑️ しっとりとした仕上がりにしたい
☑️ 髪がごわつき、広がりがやすい
☑️ うるおいやまとまりが欲しい

お手軽レシピ

ジェノベーゼ (2～3人分)

- ① バジルの葉 50g は茎を取る。➡️② にんにく2かけは縦半分に切って芯を取る。
- ③ 松の実 30g をフライパンに入れ、香ばしい香りが出るまで炒る。
- ④ ミキサーに①～③、粉チーズ大さじ2、塩小さじ1/2、こしょう少々、エキストラバージンオリーブオイル 100cc を入れて、なめらかになるまで攪拌する。
- ⑤ 茹でたてのスパゲティに絡ませる。

美味しいよ♡

