



観葉植物などの
緑を見たり、
この時期に咲く
紫陽花、ラベン
ダー、薔薇など
を見るととって
もリフレッシュ
になります☺

薔薇は香りが良いのがたまりませんね～ ✨ 梅雨時期ならではの自然の癒やしが、最高のリフレッシュになります。

店長 木村 育代



お風呂時間に、ミントベル
シリーズのシャンプーを
いくつか用意して、その日の
気分で香りを選び、クール
感を味わい、爽やかな香り
に包まれ、シャンプーで
リフレッシュします ✨ ✨
身も心もすっきり
爽快です!!

テクニーク 周東 千幸

THE RAINY SEASON

Flower
からの
お知らせ

「梅雨時期の髪 うねり、広がり対策」

湿度が高くなるこれからの季節、扱いにくい髪の悩みが多くなってきます。少しでも快適に過ごせる対策をご紹介します。

Q: そもそも梅雨時期はなぜ髪のとまとまりが悪くなる?

A: 原因は髪の水分量が多くなるからです。

もともと髪は水分を吸収する性質があります。梅雨の湿気や暑さで汗をかくことで、より多くの水分を含んでしまいます。1本1本の髪の水分が均等にならないことで、うねりとなり広がりにもつながります。そして髪が傷んでいるほど、水を吸収してしまいます。

Q: 水分を吸収しないようにするには?

A: 髪のコンディションを良くすることがとても重要になります。

「夜のケア」

- ★高保湿のシャンプー、トリートメントで保湿する（週に何回かは高濃度のトリートメントもプラスするとより良い）
- ★シャンプー後、ドライヤーの前に洗い流さないトリートメント（オイル、ミルク）などの保湿の高いものを付ける
- ★ドライヤーでしっかりと髪を乾かす 【POINT】 地肌、根元の髪を完全に乾かしてから
中間部～毛先を上から下に風を向けて乾かす。生乾きはうねりの大敵です。
- ★シルクナイトキャップ、シルク枕カバーを使い摩擦を軽減する

「朝のケア」

- ★ヘアケアオイル、バームなど高保湿のものを付け髪の表面をコーティングし、水分を吸収しにくくする
- ★ヘアスプレーでさらにコーティングして、崩れにくくする
- ★ヘアアイロンを使いキューティクルをしっかり閉じて、水分を吸収しにくくする
（アイロン前は、アイロン専用のベース剤を必ず付ける）



日中では、髪を結んでまとめる、こまめなブラッシングでキューティクルを整えるなども効果的です。最近のヘアケア商品はうねり対策用のものもあるので、そのようなものを使うのもとても効果的です。

お手軽レシピ 鶏手羽元と卵のさっぱり煮 (4人分)

おいそらー!

- ① 卵4個は固ゆでにして殻をむいておく。② 手羽元 400～450g は、骨の両側に切れ込みを入れて火を通りやすくする。
- ③ 鍋に油大さじ1を熱し、手羽元を炒める。
- ④ 焼き色がついたら、①のゆで卵と、しょうゆ大さじ3、砂糖大さじ3、酢大さじ4、酒大さじ4を加えて煮る。
- ⑤ 煮立ったらふたをし、途中で何度か返しながらか、弱火で15分煮る。

