



髪だより



WEBはこちら
kawagoe-flower.com



LINEはこちら

【住所】川越市中原町 2-3-6
【電話番号】049-225-8501
【営業時間】10:00 ~ 20:00
【定休日】火曜日、第1・3・5月曜日

私のつぶやき

「防災用品見直してみたら…」

しばらく後回しにしてきた防災用品の確認。

改めて重い腰を上げて見直しを始めてみました。

ところが見直しどころか、そもそも防災用品がひとまとめにならず、色んな場所に散らばっていて、どこに何があるのやら。買い足したものを「とりあえず」の場所に置いてしまったため、全体を把握できない状況になっています。

というわけで、片づけや整理整頓からのスタートとなり、完了までしばらくかかりそうです。



そんな中で唯一、確実に用意できていたのが「お水」！これだけは使ったら補充して、必要な分をこまめにストックしています。水はとても重要とのことなので。一方で、難しいのが「食料」です。開けてそのまま美味しく食べられて、賞味期限が長めのものを探すのがなかなか大変で、いつも悩んでしまいます（好き嫌いが多いのも原因なのですが…）。賞味期限を切らしてしまうことも多いので、定期的なチェックが必要ですね。一度揃えて終わりではない防災用品や備蓄品。定期的に見直すことの大切さを実感しました。いつ起こるかわからない災害に備えて、しっかり準備したいと思います。

店長 木村 育代

Beauty News

毎日の数分で…
姿勢を美しく？

体幹が歪んで固まると、猫背や反り腰になり、美しい姿勢を保ちにくくなります。そこで、**おすすめのが日常的な「数分間の軽い体操」**です。無理に毎日やる必要はありません。「塵も積もれば…」で**マイペースに継続**することで、美しい姿勢を保つサポートになります。その結果、十年、二十年後の見た目年齢に差が出る…かもしれません。ただし、急に勢いをつけたり激しく動かしたりせず、**年齢・体調・環境に合わせて、無理のない範囲**で行ってくださいね。

食の豆知識

野菜の
茹で方



料理の基本として、一般的には「地下で育つものは水から」「地上で育つものはお湯から」茹でると言われていますが、例外的にトウモロコシのように水から茹でた方がジューシーな食感になるものもあります。気になる野菜は都度調べてから茹でるのも良いですね。

flower カレンダー

キレイな髪を維持するために
○日までのご来店がオススメです。

○は定休日（毎週火曜日、第1・3・5月曜日）

次回おすすめ来店日・予約日
様は

月 日 です。

10月 (Oct) 2026						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

11月 (Nov.) 2026						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

12月 (Dec.) 2026						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		