*flower

第 46 号

2017.11 月



〈予約優先制〉

本川越駅徒歩 3 分 川越市駅徒歩6分



(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 月曜日









私のつぶやき

11月8日、いい歯の日 🖈

「いつまでも美味しく、そして、楽しく食事をとるために口の中の健康を保って いただきたい」という願いを込めて日本歯科医師会が定めた記念日だそうです。 食いしん坊の私にとっては歯は命です!!むし歯の治療は痛くて歯医者さんはで きれば行きたくない所でしたが、最近では歯のおそうじ、健康チェックなど2~ 3ヶ月に1回は行き早め早めの処置をしてもらっています。歯のおそうじをして もらうととっても気持ちいいんです

『このスッキリ感がやみつきになり、毎月お そうじに通っていたら先生に「ちょっとやりすぎかな、自分で正しく磨くことが

まず大事なことですよ」といるそうですよね~。 今通っている歯医者さんの先生や衛生士さんは磨き方 や歯ぐきのマッサージの仕方、フロスの仕方など色々な ケアの仕方を丁寧に細かく教えてくれます。

以前より正しいホームケアができるようになりました いつまでも美味しく食べれるように歯を大事にしたいと 思います 😬

みなさんも歯を大切に

テクニーク 周東 千幸

BEAUTY NEWS

内臓の位置を元に戻そう

ポッコリお腹…歳のせいだと諦 めていませんか?

下腹部がポッコリ出てしまうの は、内臓が下がっているから。 そのままにしておくと、基礎代 謝が悪くなってますます太って しまいます。ストレッチで、内 臓を元の位置に戻しましょう。 仰向けに寝て、膝を左右に開い て足の裏同士を合わせます。 お尻を持ち上げ、骨盤を水平に

したまま、腰を 左右に揺らします。 寝る前に習慣付け ましょう。



「お店からのお知らせ」

flowerホームページにて 〔密着〕美容室のパーマ手順 公開ページ 作りました。

おすすめのパーマは



kawagoe-flower.com/perm

flower

○は定休日(毎週火曜日、第1・3月曜日) 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。

※年末年始のお休み 12月 31日から1月4日 までとなります。

11月 (Nov.) 2017

2 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.) 2017

2 3 (4) (5) 6 7 8 9 10 11 (12) 13 14 15 16 17 (18) (19) 20 21 22 23 24(31) 25 (26) 27 28 29 30

次回おすすめ来店日・予約日 様は

です。 月 日



8 (9) 10 11 12 13 14 (15) (16) 17 18 19 20 21 22 (23) 24 25 26 27

28 29 (30) 31