

〈予約優先制〉



本川越駅徒歩 3分  
川越市駅徒歩 6分



# 髪だより



kawagoe-flower.com

LINE

【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



## 真冬でも氷枕!!

寒いのが苦手な私はニット帽にインナーはもちろんヒートテック。

でも、寝る時はほぼ一年中頭をアイスノンで冷やして寝ています。

始めたきっかけは知人から「氷水で毎日頭を冷やして寝るという健康法をしている」という話を聞いてからです。その人も治療に通っていた先生にすすめられ始めたとの事でした。

東洋医学的な頭寒足熱という健康法からの治療法なんですよね。私も興味本位で始めてみたら、頭がスッキリして目覚めも良くとっても良いので、それからずっと続けています

頭は1日中脳を使い熱がこもるそうです。

その熱を寝る前に冷やして放熱してあげることで眠りに入りやすく、睡眠の質を上げてくれるとのこと。首は冷やさないよう注意です。

冬の間は足元は湯たんぽも一緒が良いです

店長 木村 育代



## 洋食トリビア

### 娼婦の pasta って?

ナポリ名物のプッタネスカというパスタ料理がありますが、これは『娼婦風』という意味。忙しい娼婦が休憩の合間に身近な食材で作ったから・娼婦が客をもてなすために作ったから・娼婦のように刺激的な味わいだから・娼婦が体力を回復するために食べたから etc. 名前の由来には諸説ありますが、アンチョビ・オリブ・ケッパーとトマトソースの絶妙な味わいは魅力的ですよ!



## BEAUTY NEWS

### 髪の痛みが気になったら?

髪が傷んでしまったら、「まずトリートメントで修復!」って思っていますか? もちろんトリートメントはとても大事ですが、毎日のシャンプーも見直してみましょう。毎日使うものだから...と安いものを使いたくりますが、毎日使うものだからこそこだわって髪に優しい、ワンランク上のシャンプーを使うとダメージ度がかなり変わりますよ。ご相談ください。

### 前髪の長さ

「今回、前髪はどうしますか?」って言われて悩む時ってありますよね。前髪は長いほど大人っぽくなり、短いほど可愛らしくなります。なりたいイメージの参考にしてみてください。



## flower カレンダー

○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。

次回おすすめ来店日・予約日  
様は

月 日 です。

2月 (Feb.) 2019						
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		

3月 (Mar.) 2019						
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
24/31	25	26	27	28	29	30

4月 (Apr.) 2019						
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				