



「中院」春にはサクラ、秋にはモミジ季節ごとに立派な山門からの景色がとても好きです♪キレイに整備された庭園や松の木、竹林など

じんまりしている中で、たくさん見どころがあります。

一年で何度も訪れたい所です😊

店長 木村 育代



蔵造りの町並み、菓子屋横丁、大正浪漫夢通りと好きなスポット、たくさんあります。たくさんのお店を見て歩き、食べて歩き色々楽しむのが魅力的です♥これから色々な新しいお店ができるのが楽しみです☆

テクニーク 周東 千幸

お店からのお知らせ

“髪・頭皮” 紫外線 Q&A

紫外線の強いこの時期。みなさん、忘れがちな髪と頭皮の紫外線対策はされていますか？今すぐ始めましょう！

Q 紫外線による髪のダメージは？

A 髪の乾燥、強度の低下となります。髪の表面うろこ状のキューティクルが剥がれてしまい、髪の中に含まれている水分や栄養が流れ出てしまいます。パサつき、枝毛・切れ毛となり、カラーの色も落ちやすくなります。

Q 頭皮もダメージをうける？

A もちろんダメージをうけます。頭皮は髪の畑で土台となる場所なので、髪にも大きなダメージとなり、悪い状態となり老化もすすめてしまいます。抜け毛、薄毛、白髪が増える原因にも！

Q 紫外線対策はどうしたら良いか？

A 外へ出るときは日傘をさす、帽子をかぶるなどして頭皮・髪を守ってあげてください。最近では髪用のUVケアスプレーもありますので、そのようなものも一緒にお使いいただくとさらに良いです。ヘアケアもしましょう。髪の水分量を高く保てるようケアすると良いです。



お気軽にご相談下さい😊

毎月の7匹を大切に

ラブラドルレトリバー

りんちゃん

ゴールデンレトリバー

グレンちゃん



仲良くツーショット♥
お散歩最高だね★

お手軽レシピ ひじきの五目煮

- ①乾燥ひじき 25g は 30 分水に浸して戻す。砂が下に落ちるので、ひじきを手でつまむようにしてザルに上げ、水で洗う。
- ②油揚げ1枚は熱湯で油抜きをして、千切りにする。人参半分も千切りにしておく。➡③鍋に油大1を入れ、ひじき、油揚げ、人参、大豆水煮1缶を炒めて、全体に油が回ったら、だし汁 200cc を入れて煮る。
- ④みりん・砂糖・醤油・酒、各大2を加えて落し蓋をして、汁気が少なくなるまで煮る。



髪のアドバイス 髪と五月病

五月病で髪も調子が悪い…ということはありませんか？精神的な落ち込みは、ホルモンや自律神経のバランスを崩し、頭皮の代謝や血行を悪化させてしまいます。これが抜け毛やダメージヘアの原因となってしまうのです。まずはストレスを解消できるような楽しみを見つけ、バランスの良い食事・睡眠・運動を中心とした規則正しい生活を心がけましょう。