

毎月テーマを変えてスタッフが一言ずつつぶやいています。お楽しみにしていただけると嬉しいです。

今回のテーマは

## おうち時間で始めたこと

です。



お風呂で半身浴しながらフェイスマスク!昔母が良くフェイスマスクをしていたなあと思い出しました。その頃はまったく興味のないものでしたが今ややみつきです **💖**  
感動です!お風呂の中だとよりいいです **🌟**  
みなさん、おすすめです。

10年に一度咲くと言われる幸福の木のお花が咲きました

店長 木村 育代



好きじゃないウォーキングをほぼ毎日 **(笑)**  
おうち時間が短くなってからは・・・ **(笑)**  
朝早くが苦手な私ですが、できるだけ人の少ない時間帯の朝にして、人の少ない所を探し歩きました!体力が落ちないようにと言い聞かせ **(笑)**  
みなさんはおうち時間何してますか??

テクニーク 周東 千幸

## その名も「コアテクト」

### お店からのお知らせ

厚生労働省認可、医療現場で15年以上使用されている除菌水。アルコール除菌の80倍の除菌力と、72倍の安全性!  
お年寄りから、赤ちゃんまで安心安全に使える次亜塩素酸精製水になります。当店では、毎日「コアテクト」で空間除菌、

店内除菌、手指消毒、器具消毒しています。

人間の体内で白血球が殺菌するために作り出す成分に近いもので強力な除菌、消臭力。微生物や細菌等は、弱い菌から、強い菌までありますが、次亜塩素酸精製水はほぼ全ての菌腫に対抗できる除菌力を持っています。

**人体と環境に優しい除菌水。**弱酸性であるため、お子様や、妊娠中の方、ニキビ、アトピーでお困りの方でも安心して使用頂けます。

アルコール不足で困っている方にも、ぜひ次亜塩素酸精製水を除菌水としておすすめ致します。



コアテクト  
(次亜塩素酸精製水)

80ppm 300ml

1,280円  
(税別)

## 洋食トリビア

### 「グレープフルーツとグレープ」

グレープフルーツは、グレープ(ぶどう)とは縁もゆかりもありません。ぶどうの房のように、一本の枝にたわわに実をつけるため、その名がつけました。日本には1970年代に入ってきました。



### お手軽レシピ 簡単タコライス (2人分)

- ①玉ねぎ半分はみじん切り。トマト1個は1cm角に。レタス2枚は千切りにする。
- ②ケチャップ大4、ウスターソース大2、カレー粉1を混ぜておく。
- ③フライパンに油大1を熱し、玉ねぎを透き通るまで炒め、さらに合挽き肉200gを炒める。
- ④③に火が通ったら塩コショウをして、②を入れて煮詰める。
- ⑤ご飯にレタスと④を盛りつけ、トマト、シュレッドチーズを散らす。



## 髪のアドバイス

### 頭皮のニキビに注意!

頭にニキビができることって、ありませんか? **注意!**  
原因は、顔と同様、頭皮の毛穴に皮脂が詰まって、アクネ菌が増殖するため。汗をかいたり、帽子で蒸れたりするこの季節は要注意です。対策としては、規則正しい生活を心がけ、ビタミンを摂取して、頭皮を清潔に保つこと。かゆくても、爪を立てて洗うのは厳禁!洗いすぎるのも逆効果らしいですよ。

**髪がからまる原因** 髪が絡まりやすい...という方は、もしかしたら、キューティクルが剥がれて、引っかかりやすくなっているのかもしれない。トリートメントが効果的。自然乾燥は厳禁です。



### 投稿募集!

皆様からの投稿をお待ちしています。可愛いお子様やペットの写真、オススメのお店など、簡単な記事にお写真を添えてお寄せください。もちろん匿名でも結構です。お待ちしております。詳しくはスタッフへ。