



本川越駅徒歩3分
川越市駅徒歩6分



kawagoe-flower.com

髪だより



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・5月曜日

私のつぶやき

～まさか十数年ぶりに!!～



健康診断で必ずする血液検査📋 20代からいつも私はコレステロール値がイエローカードな感じてした。そうは言っても楽観的で、うちは祖母も母もそうだから遺伝的でしょうに思っていました。30代になってイエローカード2枚目😞 中性脂肪値。この頃6歳年下の妹も中性脂肪でイエローカードが出たと言っていて、なぜか私だけじゃないと安心💦 うちの家系はしょうがない。(しょうがないなんてことはないはずです)でもちょっと運動しなきゃとスポーツジムに通っていたのもあり、しばらくイエローカードキープ。そしてジムを辞め30代も後半、数値は上がり始めてしまい、医師に「これ以上ひどくなると生活習慣病になりますよ」と。レッドカード出たな、これはまずいとウォーキングを始めました。少しは数値も下がりでもまだ正常値やや高め😞 食生活も自分では気をつけているつもりでした。まあ、将来はお薬のお世話になるしかないだろうなあなんて諦めてました…ですが今年の夏、血液検査をしてもらった機会がありその時の結果が🌟なんと!「血液は健康的でとても良いよ～」と先生に褒められ驚きました! えー誰かと血液が入れ替わってしまったのでは??そんなことはありませんでした😁でもなんでだろう?ウォーキングは続けていましたが、う～ん😞そんなにハードに歩いてないし。そうだ!野菜スープを毎日、一年くらい摂り続けている。腸のためにと始めたスープでした。「最強スープ」という本を書いた先生も様々な良い効果が出る人が多いと書いてあり、私にも一つ良い効果が出てくれました。野菜スープが全ての方々に良いかは分かりませんが、私の体には良い結果となりました。「食」の力に感動です🌟



店長 木村 育代

食の豆知識

キウイフルーツは中国生まれ



ニュージーランドのイメージが強いキウイフルーツですが、実は原産地は中国。チャイニーズ・グースベリーと呼ばれていました。20世紀の初めに、ニュージーランドの人が中国から種を持ち帰って、栽培が始まったそうです。キウイの名前は、ニュージーランドの国鳥であるキーウィの姿に似ているからつけられたと言われています。

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)

※12/31(金)～1/4(火)は年末年始のお休みとさせていただきます。

11月 (Nov.) 2021						
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	⑳	24	25	26	27
28	⑳	⑳				

12月 (Dec.) 2021						
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	⑳	29	30	⑳	

1月 (Jan.) 2022						
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
23/30	24/31	⑳	26	27	28	29

次回おすすめ来店日・予約日
様は

月 日 です。