



マヌカハニー です！
のどが痛い時にあったという間に良くなったのに感動でした！**恐るべし殺菌力、抗菌力！**栄養価も高くウイルス予防などなど、今ではスーパーフード★独特な香りとクセのある味なのでハチミツのように美味しいものではないのが残念ではあります(^_^;)

店長 木村 育代



ちょうど頭のコリが気になっていた頃でした。ネットショッピングで、**ヘッドマッサージ器**を良く見かけるようになり、「あっ、これ良いかも…でもコリがほぐれるほど効くのかなあ」と半信半疑でしたが、使っている方の投稿を見ているうちに思い切ってポチッとしちゃいました☺想像以上の頭の揉みほぐされてる感に感動👏思い切って良かったです🎵 **テクニック 周東 千幸**

ちょうど頭のコリが気になっていた頃でした。ネットショッピングで、**ヘッドマッサージ器**を良く見かけるようになり、「あっ、これ良いかも…でもコリが

Flower こだわりの エフィラージュカット

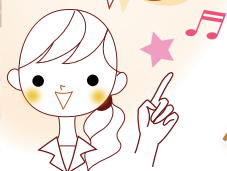
お店からのお知らせ



バリ発祥のエフィラージュカットは、髪が乾いた状態で骨格、髪質、毛流れ、ボリュームを見ながら**最終的な仕上がりをイメージして、彫刻のように形（ヘアスタイル）を作っていきます。**
髪を少しずつ分けとりながら、毛先が筆の穂先のようになるよう丁寧にカットしていきます。



エフィラージュ
カットで…



1.

ペタンコな髪も
根元からふんわり
ボリューム

2.

硬くて太い髪を
柔らかい質感、
柔らかい印象に

3.

お手入れしやすく
美しい毛流れも
簡単に

4.

なじみがよく、
まとまりもよいので
ヘアスタイルが長持ち

5.

束感が出て
立体的に
動きのある感じ

6.

くせ毛を活かして
私らしい
オリジナルスタイルに

Beauty News

パクチーの美肌成分

食事から美肌に…を目指すなら、パクチーがオススメ。パクチーにはビタミン B1、B2、C、E など、美肌に良いとされる成分がたくさん含まれているそうです。さらには、体内の余分な水分を排出するカリウム、女性にもうれしい鉄分もたっぷりだとか。

ただ、ビタミン類が失われないように、**サラダ**など、生で食べるのがオススメです。



知っトク情報 フライパンの悲鳴

炒め物などで汚れたフライパン…熱いうちに水をかけて汚れを落とそうとしていませんか？テフロン加工の場合、熱した状態で冷たい水をかけると、表面のフッ素樹脂が傷ついてフライパンの寿命が短くなってしまいます。ジューツという音はフライパンの悲鳴のようなもの。しばらく待つて冷めるのを待つか、お湯で洗うようにしましょう。

お手軽レシピ

クラムチャウダー

①玉ねぎ・人参・ジャガイモ各1/2個・ベーコン 50g は1cm角の角切りに。➡②砂抜きしたアサリ 200g と白ワイン 50cc を鍋に入れ蓋をし蒸し煮にする。➡③フライパンにバター 10g を溶かし①の具材を炒める。➡④野菜に火が通ったら、小麦粉大さじ1を入れて炒め合わせ、②を汁ごと入れる。水 200cc、コンソメ 1/2個を入れて煮込む。

⑤塩・コショウで味を整え、牛乳 200cc、粉チーズを入れて沸騰しないように温める。

⑥器に盛りパセリを散らす。



「髪だより」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。