

★ ツインテールの日

(2月2日)

ツインテールは、世界中で親まれてきた女性のヘアスタイル。その魅力を広くアピールすることを目的に、日本ツインテール協会が2012年に制定しました。日付はツインを意味する「2」が重なる日であることに由来します。

ヘアサロンふじはら

広島市安芸区船越2丁目42-12

TEL 082-822-0505 FAX 082-822-5880

E-mail hair_salon_fujihara@yahoo.co.jp

URL http://hairsalon-fujihara.com

定休日 第3日曜日、毎週月曜日

※ 第1日曜日は、休みません。(〆)ノ

営業時間 平日 8:00~19:30

日曜日 7:00~18:00

※ お客様の送迎を行っております。ご希望の方がいらっしゃいましたら、是非ご相談下さい。

2月 CALENDAR 3月

February		March	
1(水)	プロ野球キャンプ ニオイの日	1(水)	春季全国火災予防運動(~7日)
2(木)	ツインテールの日※ 夫婦の日	2(木)	ミニの日 ミニ豚の日
3(金)	節分 大豆の日 乳酸菌の日	3(金)	上巳の節供・ひな祭り 耳の日
4(土)	立春 西の日 世界対がんデー	4(土)	雑誌の日 JRダイヤ改正
5(日)	プロ野球の日 双子の日 笑顔の日	5(日)	啓蟄 びわ湖毎日マラソン
6(月)	定休日 ブログ、抹茶、海苔の日	6(月)	定休日 弟、スポーツ新聞の日
7(火)	フナの日 長野の日	7(火)	WBC 2017(~22日)
8(水)	つばきの日 郵便マークの日	8(水)	赤ちゃん&こどもカットの日
9(木)	肉の日 ふく(ふぐ)の日 服の日	9(木)	ありがとうの日 雑穀の日
10(金)	左利きの日 ふとんの日	10(金)	砂糖の日 サボテンの日
11(土)	建国記念の日 仁丹の日	11(土)	東日本大震災の日 コラムの日
12(日)	レトルトカレーの日	12(日)	大相撲三月場所初日
13(月)	定休日 苗字布告記念日 NISAの日	13(月)	定休日 サンドイッチデー
14(火)	聖バレンタインデー ネクタイの日	14(火)	ホワイトデー 円周率の日
15(水)	春一番名付けの日	15(水)	万国博デー 靴の日 オリーブの日
16(木)	確定申告(~3月15日) 寒天の日	16(木)	国立公園指定記念日 十六団子
17(金)	千切り(切り干し)大根の日	17(金)	春の彼岸入り 漫画週刊誌の日
18(土)	頭髪の日(毎月18日)	18(土)	頭髪の日(毎月18日)
19(日)	定休日 プロレスの日 天地の日	19(日)	定休日 春の高校野球開幕
20(月)	定休日 アレルギー、歌舞伎の日	20(月)	定休日 春分の日 彼岸の中日
21(火)	国際母語デー 漱石の日	21(火)	ランドセルの日
22(水)	猫の日 おでんの日	22(水)	世界水の日 放送記念日
23(木)	富士山の日 妊婦さんの日	23(木)	サッカーW杯アジア最終予選(UAE)
24(金)	クロスカントリーの日	24(金)	世界結核デー ホスピタリティデー
25(土)	サッカーJ1開幕 夕刊紙の日	25(土)	散歩にゴーの日 電気記念日
26(日)	東京マラソン 脱出の日	26(日)	大相撲三月場所千秋楽
27(月)	定休日 大相撲春場所番付発表	27(月)	定休日 さくらの日 仏壇の日
28(火)	ビスケットの日	28(火)	サッカーW杯アジア最終予選(タイ)
		29(水)	作業服の日 マリモの日
		30(木)	国立競技場落成記念日
		31(金)	プロ野球開幕 オーケストラの日

季節のたより

猫のロケケケ

2月22日は猫の日です。1987年に制定された記念日。日付はニヤン・ニヤン・ニヤン(↑2・2・2)の語呂合せに由来します。ペットフード工業会(現協会)が全国の愛猫家から公募を行った結果、この日とされました。この日、猫フームが続いています。猫の動き、猫のスマホゲーム、猫に関する本、猫カフェなどさまざまな「猫」への関心が高まっています。ネコノミクスという言葉が生まれるなど、その経済効果にも注目が集まっています。ただ、一方で、捨て猫や糞の放置、猫の虐待など、猫に関する社会問題があることも見逃せません。好き嫌いの差も大きいです。猫の愛らしい姿は多くの人に癒しをもたらしてくれます。高齢者の心身の健康にメリットがあるともいわれています。猫が好きな人も嫌いな人も、そして猫自身も、みんなが快適に共生できる社会になることを願っています。

はーふたいむ

2017年2月号

ヘアサロンふじはらが、髪を大切にされるみなさんにお届けするニュースレターです。

今月のヘアトピックス

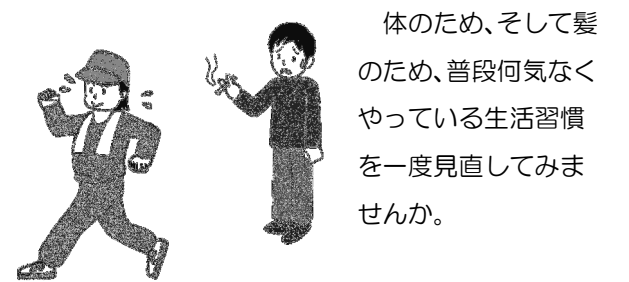
髪に良くない生活習慣を改善

今日、医療の分野では生活習慣病が大きな課題とされています。生活習慣病とは、文字通り、生活習慣を原因にして発症する疾患を指します。具体的には、高血圧、脂質異常症、糖尿病などが挙げられます。こうした疾患にはほとんど自覚症状がありません。そのため、放置すると気づいたときには心筋梗塞や脳卒中といった重大な病気になっていることがあります。

髪も同様に、生活習慣が抜け毛や髪のダメージといった症状を引き起こすことがあります。言うまでもなく、髪は痛みを感じたりすることはありません。そのため、生活習慣病と同じように、気づいたときには重症化しているケースも見られます。

髪は、血管を経由して栄養素を受け取ります。そのため、特に血流を阻害する疾患は直接髪にも悪影響を及ぼします。血管に脂肪やコレステロールが蓄積しないよう注意せねばなりません。食生

活の偏りはもちろん、喫煙や過度の飲酒、ストレスの蓄積、運動不足も影響します。心当たりのある方は注意しましょう。髪に良くない生活習慣は、上記だけではなくありません。例えば、シャンプーをするときに爪を立ててしまう人は、気づかぬ間に頭皮を傷つけている恐れがあります。シャンプーの後に乾燥させずに寝てしまう人は、摩擦で髪のキューティクルにダメージを与えている可能性があります。同様に、濡れた髪にクシやブラシをかけすぎると髪に良くありません。また、1日に2回以上シャンプーをする人も髪や頭皮に悪影響を与えている恐れがあります。



体のため、そして髪のため、普段何気なくやっている生活習慣を一度見直してみませんか。

髪にうれしい旬レシピ

れんこん餅

れんこんを使ったお手軽メニューをご紹介します。れんこんはサクサクとした歯ごたえが特徴ですが、すりおろすことでもちりとした食感が楽しめます。おつまみやおやつにおすすめです。

- ♡ 材料 (4人分)
- れんこん 200g 片栗粉 大さじ3 塩 少々 ごま油 大さじ2 酢 大さじ1 しょうゆ 大さじ1 刻みねぎ 適量 一味唐辛子 少々

- ♡ つくり方
- 1. れんこんは皮をむき、すりおろして水気をきり、片栗粉、塩を混ぜます。
- 2. フライパンでごま油を熱し、1をスプーンで適量ずつ入れて焼きます。
- 3. 両面をこんがり焼いたら、ねぎをのせて一味唐辛子をふり、酢としょうゆを合わせたタレをいただきます。

れんこん

輪切りにすると穴が現れることから、「先を見通せる」という意味で古くから縁起の良い食材とされてきました。れんこんは蓮(ハス)の地下茎が大きくなった部分を指し、穴は空気を通す役割を果たしています。各種ビタミン、ミネラルのほか、タンニンなどさまざまな栄養素が含まれています。



● タンニン

ポリフェノールの一種で、緑茶に含まれるカテキンもこの部類に入ります。強い抗酸化力を持つ体に良い成分ですが、髪の生育に必要な亜鉛を排出する働きもあるので、摂りすぎには注意が必要です。

暖かい冬と思ってたら、雪、積もったね～(^^)

1月14日土曜日、日曜日の雪と、とんどを手伝う事による疲れを予想して、仕事が終わった後、来月の海田町駅伝出場の為に、二葉の里を走って往復したんだけど、吹雪で顔が痛いぐらい寒かったです。(*_*)
夜12時頃、寒くて乾質の雪だったから、もしかしたら、、、目が覚めて外は静か、、、車が走っている音がしない。雪、積もったなって直感しました。外を見てビックリ！！まさか、ここまで積もるとは。積もった日が、第三日曜日で本当に良かった。営業していても、あれじゃ～、お客さんは来なかったでしょうね。(^^)



vol.32

寒かったけど、着込んで行った為、準備していたら大汗でびしょり！焚火があったので、何とか助かりました。打ち上げの正月に捕れたイノシシの肉は、メッチャ美味かった～(^^)！

藤原 学

正月早々～(一_一)!!

8日の日曜日の夜、鼻の左横が何か、痛い感じ。「鼻、つつき過ぎた？」9日の朝、何か左の頬が腫れてる。「どうしたのかなぁ～、明日は治るのかなぁ～」腫れている以外は、何の症状もないので、様子を見る事に。10日の朝、更に腫れたような、、「もしかして、蓄膿？」初めての経験でもあったので、気になって耳鼻咽喉科へ。診断の結果は、顔に膿が広がっているとの事。病名は言われなかったけど、急性副鼻腔炎だったんでしょ。3回ほど、通院して完治。蓄膿になったら、治りが悪いみたいだから、今回の事で、気をつけないと強くなりました。(^^) そして、とんどがあった15日の話。この日、お決まりですが、最近ついた事もない「尻もち」を2回もついてしまいました。1回目は、とんどの準備をしている時。わらが、濡れないようにかけている雪がたくさんのもっているブルーシートをどけようと思い、踏ん張っていると、踏ん張った足元の雪の下にもブルーシートが敷いてあって、それで、ツルンと！2回目は、夜9時頃、餃子園に歩いて向かっている時に、ツルンと！どちらも、思わず手をついたんだけど、後になって、やばかったなぁ～って。「手をついて骨折！」って、良くある話ですもんね。痛風発作だったら、痛みを我慢すれば何とか仕事は出来るけど、手を骨折したら、どうにもならないもんね。2回も尻もちついて、ケガをしなかったのは、もしかして、ラッキー！！(^^) そう思って、今年も頑張るぞ～(〇〇)／

スペアキーがあった～(^^)♪

スクーターの鍵を失くして、どうしようかと悩んでいたんですが、ないと思っていたスペアキーが見つかり安心。(^^) 本当に良かった～(〇〇)／スクーター、あまり乗る事はないんだけど、あると便利、ないと困る時が、たまにあるんですよね～(^^) その為に、維持しているスクーターって贅沢なんですよね～(^^)



竹田イツエ

もう！どうにもならない～(ToT)／~~~~

現在、我が家には、お相撲さんが二人（息子と、わんちゃん）います。
このお相撲さんたち、本当に見事な食べっぷりで、見ていて気持ちがいいと言いたいところですが、それが、毎日なのであきれています。(一_一)!!
いったい、これからどうなるんでしょう？二人とも、いい年なんですよ。
「食べるのはいいけど、食べ過ぎると、今からは年が邪魔するよ！」って、いやみげに言ってやるんですが、全く響かないようです。(T_T)
多分、糖尿病まっしぐらってところなんじゃないかな～
トホホホホッ～～(ToT)／~~~~

白髪のない生活をあなたに!

白髪が気になり始めるのは、染めて3週間後。

だったら、2週間で染めましょう！(^^)♪

「髪、頭皮が、傷むんじゃないの?」、..、気になりますよね。

当店のハリコシカラーなら大丈夫！(〇〇)／

染めて、すぐに染め直しても絶対に傷みません。

シャンプーだけでも、サラサラに仕上がる髪に変わります。

「髪、頭皮を傷めない、刺激ない、匂いしない！」

年間染め放題のシステムもあります。

白髪、髪の傷みを気にする事のないナチュラルな生活!

白髪染めに対する悪いイメージが180度変わり、

容姿、そして、気持ちまで、どんどん若返り！(^^)♪

「ハリコシカラー体験コース」

まずは、特別価格 2,800 円にて、ご体験！(〇〇)／

今すぐ電話予約を！ TEL 822-0505