

きれいに ないたい通信

発行：美容室 Lapis -ラピス-

わたしの独り言

●腰まであった長い髪をようやく切るこ
とが出来ました。「バツサリ」切るつもり
が、なんとなく、惜しくなり10センチに
とどまりました。自分では短くなったと
思っても周りは気付かないものですね。

●最近、たるみが気になってきました。
もちろん全身ですが、やはりお顔です。今
まで、『理肌』を使っていたら大丈夫と
思っていたのですが、使い方が問題でし
た。気付いたら鏡を見ないでローション
をつけていました。自分の顔を見ること
は大切ですね。

綺麗になる要素は誰でも持っているの
ですから、あとは使い方と気持です。物事を
やる時もそうですが笑顔で気持ちよく
やると結果も良いような気がします。

●今年が良いものに沢山、出会いました。
やはり、知らないより知っていたほうが
得です。食の安全が問われる今、消費者も
勉強が必要です。。。健康オタクの私、今
年は結構勉強して賢くなったような気
がします。キャッチフレーズに惑わされ
ないようにしたいものです
●この時季のお気に入り
お風呂に入れるバスデ
ィー、塩素もとってくれ
てお肌もしっとり！
温まっています。(幸せ)



山際



貴女も今日から始めてみませんか？

かんたん運動

『だるさ解消エクササイズ』

●今日はなんだかだるいなあと感じる時って
ありませんか？だるさの元は血行不良。各
諸器官が疲れ、栄養が行き渡らないことが
原因です。

だるさ解消のポイントは、血液の循環。筋肉
を動かすことで、静脈血の流れがスムーズ
になり、身体全体の血液の循環も良くなりま
す。そこで、職場でもできる簡単エクササイ

●手首ぶらぶら

①両腕を前へ伸ばして、肘を軽く曲げ、肩
はリラックス。

②その状態のまま、手首を軽く縦・横に
振って下さい。

急に筋肉を動かすと、身体に負担がかかる
ので、まずは末端(手首)から徐々に動
かしましょう。横も縦も、小さな振りから
徐々に

大きくブ～ラブラ♪

これでだるさも解消されて

仕事も家事を効率アップ

間違いなしですよ。



スタッフ紹介

毎回、スタッフをあるひとつのテーマをもとに紹介するこのコーナー。今月はコレです！

「自己紹介」の巻

●ここ1年くらいパワーストーンにはまっていたのですが、最近卒業しました。

健康のため、最近ストレッチしてます^^
眠る前に足首を回してあげると、足が軽くなります。



店長 山際

●アンニョンハセヨ！！
最近、韓国にはまっています^^

今年は、東方神起を追っかけました！来年も、一足遅い韓流ブームにのって行こうと思います！



スタッフ 長谷部

●インフルエンザ対策しています！
どこにでもスプレーします^^
アルコール消毒だけでは処理しきれないウイルスを滅菌してます。。。
感染経路の殆どは手指感染です！
気をつけましょう！！



強い味方です^^

今年で「美容室ラピス」は、4年が経ちました。「理毛」を始めて3年になります。「理毛」を始めたきっかけは「こだわって」使っている商品ばかりなのに、お客様の髪質が、傷んだり、衰えていくのに気付いたからです。
人間は生きていけば老化していきます。それは避けられないことですが、私自身、綺麗になりたいし、綺麗でいたいのです。年齢に関係なく、綺麗になることができます！
それが、「理毛」、そして「理肌」です。楽しみながら綺麗になりたいですね。そんな「きれいな情報」を発信していきたいです。
店長 山際

創刊号のごあいさつ

Q 意中の人に「100万円貸して」と言われました。さあどうする？
A 理由によっては貸す B 断固拒否 C 一部だけ貸す
A この質問の応えであなたの浮気度が分かります。
A ……まじめがゆえに、遊びと割り切れず深みにはまりそう…。
B ……平和主義。本命を大事にします☆
C ……気が多く、どれが本命でどれが浮気なのやら。

みんなで心理テスト



美容室 Lapis -ラピス-

携帯はこちらから



住所 〒950-2064 新潟市西区寺尾西3-12-3

TEL 025-260-0966


営業時間 9:00~18:00

定休日 毎週日曜日 他不定休

駐車場 4台

E-mail info@lapis-salon.com

URL http://www.lapis-salon.com






西大通り(前116号線)沿いのドラッグトップス駐車場の向いです。