

Lapis

～キレイになれる可能性

2012 6月号

美容室

を体感しませんか～

Lapis 通信

びょうしつらピスつうしん

発行：美容室 Lapis -ラピス-

〒950-2064 新潟市西区寺尾西3-12-3 TEL 025-260-0966

わたしの独り言

●5月は面白い体験がたくさんです♪
まず「英会話体験会」に参加しました！英語が話せない私に先生は、来るだけでも偉いと言われました。
英語の道のりは遠いです(トホホ)

●チベット仏教の高僧で6度目の転生者のお話を聞いてきました。全部英語！もちろん通訳で聞いてきましたよ。
【タシデレ】(あなたの幸せを祈らせていただきます)
いつもこの挨拶が始まるそうです。初めて聞く言葉に感動しました。

●『楽しく学ぶ栄養学』では、「酸化」も恐いけれど今は「糖化」が良くないそうです。甘いものの摂りすぎで、肌や体の老化を促進させるのです！
甘い物の誘惑には気を付けます(笑)

●先日はベジ会に参加しました♪スイーツがとても美味しくて、作ってみたいと思いました。
お豆腐で出来ているのでヘルシーなんです♥

●今月はいろんな体験をさせていただきました。「感謝！」



店長 山際



貴女も今日から始めてみませんか？

かんたん運動

【デコルライン(首から胸の部分)を美しく！】

●デコルラインの美しさは、女性らしさの象徴です。でも、バストが大きいだけではデコルラインが美しいとはいえません。首のシワは年齢を感じさせますし、バストが垂れると胸骨が浮いたように見えたり、鎖骨が出すぎることもあります。肌の露出が増えるこれからの季節だからこそ、美しいデコルラインを目指しましょう♪

- ①うつぶせに寝て脚を腰幅に開き、顔は床から離しません。
- ②肩の横に両手をつき、グッとお腹に力を込めて、ゆっくりと少しだけ上体を起こします。
- ③目線を斜め前方へ向けたら、ゆっくりと元の姿勢へ戻し、これを3回繰り返します。

鎖骨を正面に向けるようなイメージが、完成形の姿勢です。腰を反らすのではなく、肩甲骨を下げることを意識すると無理のない範囲で行なえますよ。



腕力で上体を起こすのはNG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！

「この時季食べたくなるもの」の巻

●市販の冷やし中華がとってもとっても食べたくなりますd(´▽`●)
以前の職場のまかないさんの手作り冷やし中華が一番美味しかったですけど(*´▽`*)

スタッフ 長谷部



●私は、イチゴです＼(^o^)/
母が毎年作るイチゴは、その年によって出来は違いますが、山のようなイチゴを思う存分食べれるのはたまりません。＼(>0<)・ンモオ～

店長 山際



●お待たせしました。
ご予約いただいたアミノ酸シャンプーの業務用が入荷しました。

※今後も必要な方は承ります♪

入荷しました＼(^o^)/



編集後記

金環日食！見ましたか？
私は、すっかり忘れてました(汗)
100年に1度なのに残念なことをしました(泣)
写メで見せてもらったり・・・フェイブックでは、とっても綺麗な写真が出ていました。
日差しは、もう初夏。
着るものも変わりますが、ヘアスタイルもちょっと変えたくくなりますね(笑)
楽しく変身しましょう！
それでは来月もよろしくお付き合いくださいね♪

店長 山際

Love & Earth

～自然と環境のことを考えて～

『木陰の涼しさを活用してみよう』

日差しが強いと、木陰は見ているだけで涼しそうですね。実際に木陰は体感温度に差が生じる上、癒し効果も抜群。大きな木の下では上昇気流が起きるため、涼しい風を感じることができます。また、植物には温度を調整する能力があります。これは植物が呼吸をする時に、周囲の温度を下げる効果があるためで、最近人気のグリーンカーテンは、植物のこの特性と木陰の力を応用しているんですよ。

美容室 Lapis -ラピス-

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

携帯はこちらから