

私のお気に入りに入り & ちよっと
気になるもの。

探し物ありませんか？

なにげに「かわいいわ！」

●寒いときはお休みしてましたが足が疲れた時は「マテリアルフレ」をまた使い始めました。だるいとき足に塗ると、軽くなります。

●アカデミーの「ビューディア」で、ヘッドスパのモデルになりました！超気持ち良かったです。

●勉強ですから、眠気に負けないよう頑張りました。研究して取り入れたいと思います(笑)

●30歳を過ぎると筋肉が1年に1%づつ無くなる(泣)それを解決するのに最近、世界最小の美容機器が登場しました！貼るだけで、顔が上がる？筋肉が作られる？とか。心は惹かれますが、やはり少し抵抗があります。

●人間の体の状態は、髪に現れると言います。髪がキレイだと健康状態も良いとか。髪がキレイになったら体の調子が良い。そんな技術を修得したいです。

一度知ってしまったら、とっつも重視する情報です

美容情報

質の高い睡眠

「病気じゃないのに体がだるい...」、「いつもの化粧品が急に合わなくなつた...」もしかすると、その原因は心身共に疲れ切っているせいかもしれません。身体を休めるためには、まずは質の高い睡眠が大切です。

●睡眠の役割

身体の休息・脳の休息・自律神経の休息・細胞の活性化と、毎日の健康維持や美肌維持に加え、メンタルケアにも欠かせないのが睡眠です。眠りの質が悪かったり、睡眠不足で疲労が溜まると、免疫力が衰え、体調不良や老化促進を招きかねません。

●安眠のために

就寝直前までパソコンや携帯などを見ていると、脳が興奮してなかなか安眠できません。ノンカフェインのハーブティーを就寝1時間ほど前に飲み、安眠を促しましょう。

ハーブティーには消化促進やストレス緩和作用などもあるのので、リラクセスできる香りや味を見つけてみましょう☆



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！

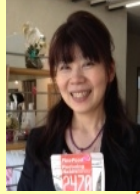
「最近、必ず見る番組」の巻

●NHK連続ドラマ「あまちゃん」を毎日欠かさず見えています！毎朝、TVに向かって「じええ〜」と言ったり、子供のおむつの豪快さに「じええ じええ〜」となっている毎日ですww きっと共感されている方も多いかと??



スタッフ 長谷部

●韓国ドラマの「トンイ」です(^_^)面白くなってきました〜♪そして、もう一つ！「宇宙戦艦ヤマト2199」です！懐かしい気持ちで最新版を見てます(#^.^#)



店長 山際

●サロンスタイルシャワーは、取り替えるだけで、最大50%もの節水効果があります。そして、ビタミンCを入れることにより、塩素除去ができ、優しいシャワーに変身です〜♪



自宅のシャワーが変身(^_^)

編集後記

ゴールデンウィークは楽しくお過ごしでしたか？私はお休みを頂いて研修会に参加してきました。帰ってくる和小顔になっている私です。お試ししたい方は、「小顔にして」とご注文くださいませ(笑)気温の差が激しい昨今。皆様、体調にお気を付けてお過ごし下さい。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



入浴のすすめ
にゆうよく
ジョギングやスポーツ、最近ジムに通う方も増えてきました。健康のために運動することは大切ですが、翌日の筋肉痛はさけないものは、そんな時は、ぬるめのお湯にゆつくりと浸かり、疲れた部分をやさしくマッサージしましょう。血行が良くなり、疲れた筋肉がほぐれます。疲れを残さず、翌日も元気に目覚めましょう！



Lapis

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



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。

新潟 美容室ラピス

検索