

どーも、和田です。

この新聞を書いている今、東京では桜が開花しました。

今年はすごく早いみたいです。冬があんなに寒かったのにあつという間に春がやってきました (*^_^*)

春は花粉症の季節ですが、僕は今年から花粉症デビューしました。

今まで軽く鼻水が出たりして、これが花粉症なのかな？って思っていたんですが、全然違いますね(>_<)

目がかぶれたみたいになって、常に腫れぼったくなってしまう、人に見られるのがすごく恥ずかしいです。

さて、homey roomy では今年に入って、新しいことに取り組んでいます。

ホームページを新しくすることと「幸せの親睦会」というのを開いてスタッフが抱える悩みや問題を解決するための場を作っています。

ホームページは今までの物もとても気に入っているのですが、homey roomy の特長がわかりづらい点を改善するために、現在作成中です。

この作業において、人に伝えることの難しさやコミュニケーションの大切さを改めて気づきました。

新しいホームページが出来た後もさらに皆さんにわかりやすいホームページを追及していきたいと思います。

そして、「幸せの親睦会」…。どっかの宗教みたいなネーミングですが(^_^;) あえて、自分たちが認識しやすいようにストレートに名前を付けました(*^_^*)

homey roomy が出来て、3年と少し経ちますが、付き合いが長いお客様にはわかると思いますが、homey roomy ではいろんなことに取り組んできました。今現在も何年後かもしくは十年以上たった時に芽が出るかもしれないようなことにも少しずつですが、取り組んでいます。

ただ、社会人になるといろいろな悩みや問題が出てきます。

自分の将来のこと、結婚や出産、育児。旦那とのコミュニケーション、または会社での人間関係、老後のこと、義父や義母との関係、仕事での成果が上がらない悩み等々、個人個人に様々な悩みがあると思います。

このような悩みを抱えていると幸せな人生も送れなければ、仕事にも悪影響が出てきます。

まだ、2回しか開催していませんが、自分でも気づいていなかったような悩みや問題点が浮き彫りになってきて、少し辛い体験もしているとは思いますが、終わった後は少し爽快感があります。

このようにして、スタッフとともに成長して、さらにいいサービスが皆さんに提供できればと思います(*^_^*)
では、この辺で…m(_)_m

p.s. homey roomy では、7月1日(月)～5日(金)を夏休みとさせていただきます。

ホームページ <http://www.homey-roomy.com/>

ネット予約サイト

<http://hpsm.jp/homeyroomy/>

ブログ <http://homey-roomy.exblog.jp/>

QRコード



おたより

2013.4

坂井です。花粉症の方にとっては、

つらい季節だと思えますが、私の

一番好きな春になりました。

あったかくて、眠たくなるけど、

気分がいい季節です。

この時期はたくさんの花も咲いて

きて、色とりどりの感じが明るく

て好きです。お花見に行きたいです。

毎年時間があれば、お弁当を作っ

て行ったり、屋台があればそこで

購入してお酒を片手に楽しんで

います。今年は行けるかな...、

たくさん人数がいると、みんな

持ち寄りも楽しいでしょうね。

お弁当やデザート、手間がかかる

と大変ですが、簡単に作れたら

最高です！

最近ちやうとお店でブーム？だった

のがホットケーキミックスで和田さん

が作ってくれたチョコケーキがおいしく、何度も作ってもらいました。簡単なのでぜひみなさんも作ってみて下さい。

簡単チョコケーキ♡♡♡

材料(3合炊きの炊飯器の場合)

★ホットケーキミックス 75g

★卵 1コ ちやうと2卵の個入的

★チョコレート 約100g (板チョコ2枚)

★生クリーム 100g (脂肪35%くらいが良い)

作り方

①炊飯器にチョコレートを入れてスイッチを入れとかす。

②生クリームを少しずつ溶かした①の中に入れ混ぜる。

③炊飯器を一度取り出し軽く粗熱を取って卵を混ぜる。

④ホットケーキミックスを混ぜる。

⑤そのまま炊く。ゆら炊きの場合材料は倍で！

できあがり♡♡♡

ホットケーキミックスが甘さもあるの、少しビターな感じが好きな方は、ビターチョコを使用するのいいと思います。作りたてはふわふわして、冷蔵庫で冷やして食べるとしっとり、どちらの食べ方でもOK！ふわふわ感が好きな方は冷めたケーキをレンジで軽くチンして食べて下さいね。

最後に今後の予定ですが、4月いっぱいには通常通り仕事をさせていただけますが、5月以降少し時間を短縮させていただきます。通常の受け付け時間より全で一時間繰り上げていきたいと思っています。どうしても時間の都合が...という方は早めにご相談下さいね、できるだけギリギリまで働く予定で頑張ります。ご迷惑おかけしますが、よろしく願います。

こんにちは! イヌです。今回は「**活性酸素**」と「**抗酸化物質**」について書きました。さ、くり書くと。

「**活性酸素**」は体内で体の細胞を攻撃にしたり、脂質を酸化させ、体の中から酸化=老化を進行させてしまいます。「**活性酸素**」に対抗し、攻撃をブロックする性質を持つものを「**抗酸化物質**」といいます。

11の目撃世
本歯学王 2013
4号

今日は、**抗酸化作用**のあま おすすめ ホーメケアアイテムを紹介しつゝ。

★ AXI ミストD 200ml / ¥2,100

頭皮の化粧水。頭皮の乾燥を防ぎ健康やかに保ちます。
頭皮はもちろんフェイスからボディケアまでお使いいただけます。
乾燥による過剰な皮脂の分泌を防止し、抗酸化作用で皮脂の酸化や肌の老化を防ぎます。
※お肌の敏感な方でもお使いいただけます。



★ アジアムーン 100ml / ¥3,990

9種類の天然オイルとモネチクルCMC (18-MEA) を配合した洗い流さないトリートメントです。アジアムーンのオレンジ色はアスタキサンチン(ハエトリカスブレ ビアリス油)による自然な色。酸化にも強く紫外線などによるダメージ(酸化)を予防し、ビタミンEの1000倍の抗酸化作用で髪を守ります。
皮脂に近い組成のオイルを厳選して髪になじみやすくしています。

どちらも、仕上げ前の髪がぬれている時にみなさんにご使用して頂きます。乾燥している時期や、紫外線の強い時期は必ずにおすすめです。... か、1年通にお使いいただける万能アイテムでもあります!!

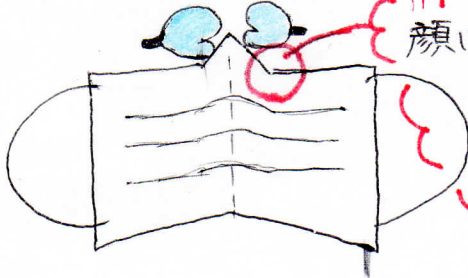
抗酸化物質は体内でも作られますが、20代をピークに低下してしまっている。ですから、体外から野菜・フルーツなど食品やこういったアイテムで抗酸化物質を摂取することがおすすめです。

ではまたね mmm

🍷 こんにちは🍷 お久しぶりです。舟山です。
私は、9月から、体調不良で、お休みをいただき、1度11月に
復帰できたのですが、また、長期お休みをいただいてしまいました。
homey roomyのスタッフの方々に、たくさんフォローしていただき、
2月頃から少しずつお店に戻り、働かせていただいています。
今はまだ、前のように完全ではないので、皆様には、ご予約で、
お日にち・お時間のご希望に沿えない時が、これからもあると
思います。ご迷惑をおかけして申し訳ございません。
完全復帰できるよう日々頑張っていけますので、よろしくお願いします。

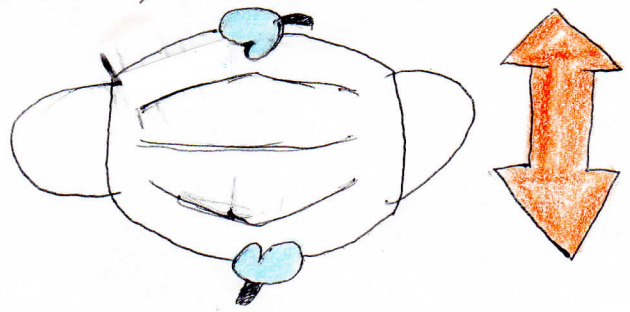
🍷 今は花粉のシーズンですね。花粉症の方は、とても辛いと思います。
花粉症ではない私も、目と鼻が変な感じがします。
今年は前年の2~4倍もの花粉が飛んでいるそうです。そして、
中国を中心とした砂漠などから来る黄砂と、排気ガスや工場のススと
黄砂が化学反応した微小粒子物質のPM2.5と一緒に飛んでいるので、
予防のためにマスクを着用している方もいらっしゃると思います。
ですが、...マスクは、表面部分は防げますが、顔とマスクのすき間からの
花粉は防ぐのが難しいです。少しでも防げるマスクの着用法を紹介します。
(一般的なワイヤー入りのフリース型マスクの場合です)

① ワイヤー部分を鼻の形(山折り)
に折ります。

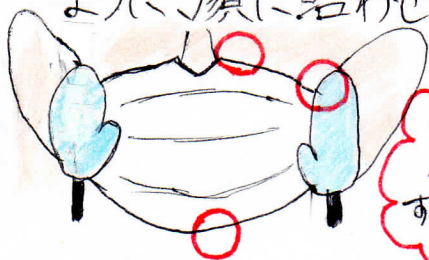


point
顔に合わせる
部分を少し
谷折りすると
Bestです。

② フリース部分をたてに広げます。

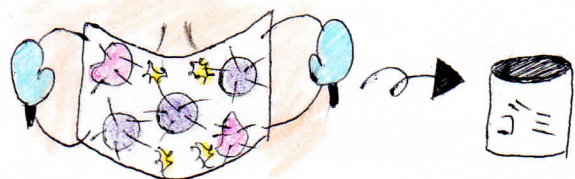


③ 着用し、すき間が出来ない
ように、顔に合わせます。



point
鼻・ほほ・あごは
すき間が起きやすいので
注意です。

④ 外す時は、表面にたくさん花粉などが
付いているため触らず、ゴム部分を持って
そのまま捨ててください。



マスクをつける時は、気をつけてみてください。ちなみに、一番防げるマスクは
立体形マスク➡フリース形マスク➡ガーゼマスク(布)です。
花粉も風邪も流行っているので、気をつけて下さいね。舟山でした!!!!