

どーも、和田です。

新年、明けましておめでとうございます<(_)>

今年もどうぞよろしくお願いいたします(*^_^*)



今回の正月は、坂井の実家の新潟でゆっくりします！！

そして、いまさらですが、僕と坂井は結婚していますよ(*^_^*)

先日、お客様が『初めて聞いた！』とびっくりしてしまいましたので、この場を借りて言っておきますね。

もう8年くらい前のことなので、あえて『結婚してます！』というのも変なので、話の流れがなければ言っていないです(^_^;)

姓が違うのは、和田が2人いると間違いを起こすので、坂井は旧姓を名乗らせていただいています。

『直美さん』で通そうか！？という案も出ましたが、キャラ的にしっくりこないので却下されました（笑）

あと、聞きたい人は営業中にでも聞いてくださいね(*^_^*)

話を戻しますが、僕は家族との時間を大事に思っています。

なので、homey roomy の長期的な休みはほぼ僕の実家や坂井の実家で過ごします。あまり旅行や自分の趣味などにも興味はありません。もちろん家族で旅行や好きなことがあれば積極的に楽しめます。

僕は自分のことがけっこう好きで、その大部分は家族によって形作られています。

だから、僕や坂井の実家の大家族でのんびり過ごすことが大好きです。

みなさんはどうですか！？ たつぷりと幸せな時間を堪能できるお休みになるといいですね(*^_^*)

そして、homey roomy でのお時間もその片隅にでも入っていると嬉しいです。

また、スタッフとの時間も家族と同じくらい大事だと考えています。（そう思われてないかもしれませんが(^_^;))

美容室は、一般的に1、2月が落ち着くので、スタッフみんなで短い旅行に行こうか、と急に思いつきました。

みんなも乗り気で、現在計画中なんですけど、なにぶん急な思い付きで、みんなの講習会やらお客様の予約が入っていたりで、熟考中です。

2月中にと考えていますが、急にお休みを頂いたり、もしかしたら旅行の予定がずれ込み、3月以降にお休みを頂くことになったりとか迷惑をおかけすることになるかもしれませんがよろしくお願いします。

homey roomy のこれからの予定に関しましては、カラーの刺激緩和のため『ロイヤルビオサイト』をカラー剤に配合したいと考えています。現在、ベル・クール研究所へ確認中ですがすぐに導入できるかはわかりませんが、来月号やブログなどでお知らせできればと考えています。

では、この辺で…<(_)>

1月、2月の定休日（火曜日以外）

1月13日（水）、1月27日（水）、{2月8日（月）2月24日（水）} 2月は変更もあり

1月11日（祝）は第2月曜日ですが営業します。

ホームページ <http://www.homey-roomy.com/>

ネット予約サイト <https://cs.appnt.me/shops/716/reserve>

ブログ <http://www.homey-roomy.com/staffblog/>

ホームルーミー web 予約

検索

7割の女性が実践中の「菌活」とは？

こんにちは坂井です。最近初めて知った「菌活」というワード。みなさんはご存知ですか？「菌活」とは、身体に良い菌を積極的に食生活に取り入れる活動だそうです。どんな菌なんだろう？と言図べていたら 日頃 みなさんが食べているものなんですね！菌はとても種類が多々く、それぞれ違った働きがあります。

きのこ → きのこはそのものが菌なので、「菌活」の最大の食材として注目されています。免疫カアップのほか、肌荒れ防止に役立つビタミンB群を豊富に含んでいます。



食物繊維も豊富なうえに、低カロリーなのでダイエットにもぴったりの美容食材♡

乳酸菌 → ヨーグルトを作るときにビフィズス菌や乳酸菌も乳酸菌のひとつです。花粉予防の1つとして知られています。ヨーグルトは種類によってさまざまなので、交カ果別は次回に！！

納豆菌 → 納豆菌は血栓を溶かす作用があり、重カ脈硬化の予防が期待されています。

麹菌 → みそ・塩麹などに含まれる麹菌は整腸作用があるので便秘予防になります。麹菌から作る甘酒は夏バテ予防にも◎。

という事で、食生活で積極的に取り入れたい食材・

- ・きのこ類(しいたけ・しめじ・まいたけ・エリンギ・なめこなど)
- ・ヨーグルト ・チーズ ・ぬか漬け ・キムチ ・納豆
- ・麹(塩麹・しょう油麹など) ・みそ ・甘酒

結果、たぶんみなさんは知らず知らずに「菌活」をできているのです😊
外食時なども意識して選ぶのも良いですね。

次回はヨーグルトの種類別の交カ果別について特集しますね！ではまた〜。

homey roomy news

あ、正月はどんな風に過ごしますか？

最近はいまだに「あ、せち料理」

由来は知っていますか？

あ、せち料理の由来

あ、せち料理、もともとは季節の変わり目とされる「節」に
神に供え物とし、宴を開くという宮中行事で用いられた料理。
いつしか庶民の間にも浸透し、あ、正月の「あ、せち料理」として
定着したのです。昔の人々はあ、せち料理に豊作や家内安全、
子孫繁栄を願う意味を込めました。

あ、せちの意味

- 黒豆 … 「まめ」は丈夫・健康を意味する
「まめに働く」などの語呂合わせからも
- 数の子 … 子宝と子孫繁栄を祈る
- 田作り … 五穀豊穡を願う、小魚を田畑に肥料としてまいたことから
名付けられた「田作り」
- 紅白かまぼこ … かまぼこは「日の出」を象徴するもの。
- 栗きんとん … 黄金色に輝く財宝にたとえて、豊かな1年を願う
- 昆布巻 … 「よきこぶ」の言葉にかけて、一家発展の縁起もの
- えび … 腰が曲がらずに長生きすることと願う
- 里いも … 子芋がたくましく付くことから子宝を祈願
- レンコン … 穴があいたレンコンには先を見通せるようにとの意味
- ごぼう … 細く長く幸せに



2015年 福井のニュース



1 福井宛に劇団四季のチケットが届く



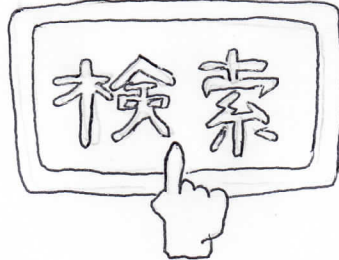
2 高梨さんへのサプライズ大失敗



3 坂井さんの実家へ遊びに行った



4 和田さん 10kg 減量?!



1/31にお店に私宛に謎の郵便物が届いた。おそろおそろ中身を確認してみると劇団四季のチケットが1枚...。注文していないしお店に私物の物が届くわけがないとあわあわしていると、和田さんが「お誕生日おめでとう」と。スタッフ皆からのプレゼントでした。焦ったけど嬉しかった出来事。



お客様へ

いつもありがとうございます。
お客様にとってhomey roomyが居心地の良い空間になり、髪が綺麗になるよう来年もお手伝いさせていただきます。



高梨さんの大切な日にサプライズの動画を作ってプレゼントしよう計画して進めている途中で、私が誤って高梨さんが入っているグループLINEにネヲを誤送信！
高梨さんは大人の対応で見なかったことにしてくれましたが、サプライズにならなかった出来事。

※LINEの誤送信にはお気を付け下さい。



6月の連休で坂井さんが実家へ帰省する。

坂井さんが「KAYOKOも来る?と声を掛けてくれたので「行きます!」と応えはじめて新潟へ遊びに行った出来事。自家製の野菜やお米が美味しくて大満足🐷
和田さんはお留守番でした。



気付いたら和田さんが日に日にスリムになっていた。幸せそうに間食しているのになぜだ???
坂井さん曰くご飯を炊く際にもち麦を混ぜているようでそれを食べていたから10kgも痩せていた出来事。羨ましい🐷