

どーも、和田です。

homey roomy では、お客様の一人当たりの滞在時間が平均して 2, 3 時間くらいになるんじゃないでしょうか。そして、滞在時間が長いので、お客様から、いろいろなお話を伺うことが多いと思います。

先日、あるお客様と話をしていた、それは「グルテンフリー」についての話題でした。みなさんは「グルテンフリー」について知っていますか？ 僕は、ダイエットの類なのか、身体に良いことなのか、くらいしか知らなかったのですが、そのお客様の話を聞いていたら、なんか興味がわいてきました(*^_^*)



じつは、そのお客様が「グルテンフリー」をしているのではなくて、超がつくほどの健康マニアの同僚の男性が「グルテンフリー」を実践しているそうです。普段、家に帰るとご飯の最中でも「足湯」につかり(足湯の家電があるそうです)、「身体を冷やしてはいけないんだ！」とそのお客様に力説をされるそうです。そのお客様との会話は、健康マニアの同僚の男性が、変わっていて面白いという話だったんですが、なぜか「グルテンフリー」というワードに興味が湧いてしまいました。

僕は、去年の5月ぐらいから、早朝1日おきぐらいに、スポーツジムに通うようになりました。これは、有酸素運動が血流を促進するという事で(ノーベル賞になった研究です)、「白髪には効果があるのだろうか？」という検証をしていたのと、健康診断で悪玉コレステロールが高くなってきたので、運動したら減るんだろうな、と思って頑張っていました。

そして、今年の春の健康診断の結果が戻ってきたのですが、まさかの変化なし…(苦笑) これまで、20年近く、定期的に運動して来なかったので、1年間しっかり運動したら、絶対身体に変化があると思っていたのですが、まさかの悪玉コレステロールの値は、変化なしでした(+o+) (中性脂肪は半分減りました！)

そんな時だったので、「グルテンフリー」というワードに少し期待感を感じつつ、いろいろと調べてみました。まず、「グルテンフリー」については、ダイエット法みたいなイメージがあったのですが、じつは、グルテンを分解する酵素が無い人に対応する健康法というか治療法のようなものだそうです。グルテンを分解できない状態では、腸の消化が悪くなり、身体の調子だったり、パフォーマンスが低下してしまうようです。アトピーの方や食物アレルギーのある人などには、効果的なことが多いようです。

僕は、お酒に弱く、もしかしたら、グルテンを分解する構想も少ないのではないかと(まったく根拠はないですが…)と思い、しばらく「グルテンフリー」の生活にしてみることにしてみました(^_^;) 現在「グルテンフリー」の生活を始めて2週間くらいになりますが、あまり変わった様子は見られません。しいて言えば、「お通じが良くなったかな？」くらいな感じです。もう少し続けてみますので、後日談を報告します。

では、この辺で…<(_ _)>

7月8月の定休日(火曜日以外)

7月9日(月) 7月25日(水) **夏季休暇** 8月27日(月)～31日(金)

高梨休み 7月16日(月) 7月22日(日) 8月18日(土)

坂井休み 7月26日(木)

ホームページ <https://www.homey-roomy.com/> ネット予約 <https://bpl.salonpos-net.com/e-reserve/2NUC101/>

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

ホームルーミー web 予約

検索

homey roomy 人気商品ランキング 213

こんにちは、坂井です。今回はお店においてある
人気商品がどんなものかランキングにしてみました。



スリッシュベビー

200ml ¥2,376
1000ml ¥8,828

アミノ酸
アムスエス

頭皮
お肌と
どこでも
使える
化粧水

今回高梨も新聞で紹介していますが
スタッフ全員愛用中!! ナニゴのお水の
ような感じなのに... デリケートなお肌ほど
違いが実感できるようです 😊



グレイスプリエ

シャンプー
250ml ¥3,067
1000ml ¥10,281

ハミツ
ポリグルタミン酸



ダメージケアシャンプーとして
1番人気商品です。髪の潤い
を保ちながら、頭皮をすっきり
洗い上げるシャンプーです 🐝



アジアンムーン

洗髪専用
トリートメント
50ml ¥2,700
200ml ¥7,776

アスタキサンチン
コレステロール
(SMEA)

これからの紫外線ケアに最適です。
SMEAというキューティクルにある成分
を補うことで髪のもつれを良くしてくれます 🌸

その他
上位には...

パールカサフトシャンプー
250ml ¥3,240

デリケート肌のリビータさん
がタタアミノ酸シャンプー
グルタミン酸で洗いあげるので
お肌もしっとり!

ベータレイヤーエマルジョン
200ml ¥4,104

お店のプレミアムトリートメントに
近い仕上がりがお家でも!
カサのポリフェノールでふきしめる
事で、内部を潤わせたものが
流れにくくなります!

ポイントコンシラー
¥1,944

白髪かくしにさっとかすだけの
手軽さ。ホームカラーでなく毎日の
らぶとしてお手入れでダメージレス!
頭皮や髪にやさしさを...

他にもいろいろな悩みに合わせたアイテムがあります。homey roomyではお客様の悩みからまずは自分達が
いろんなものを試して、そしてモニターを1名にはお願ひして...と厳選されたものが置いてあります。
これからも良いものがあれば取り入れていきたいと思っています。いろいろなお悩みご相談下さい 😊

homeyroomy news

こんにちは 高梨 です。

暑くなったり 涼しくなったりと天気もコロコロ変わりますね
体調は崩れたりしていませんか？

私は 副鼻腔炎 が やっと治りました。

完治 までは 1ヶ月以上 かかりました・・・。



◎ 我が家の あせも対策

娘も1才になりました。 昨年の夏は 新生児 だったこともあり
エアコンの効いた部屋に いることが多かったのですが、 今年はずいぶん
汗だくで 重たきまわっています。

少し前には あせも が できて 赤くなっていました。

☆ あせも 対策 は ...

皮膚を清潔にして 保湿すること!!

夏場でも 保湿は 大事なようです。 肌の乾燥を防ぐと
肌のバリア機能が 高まり あせも が できにくくなります。

我が家では...

保湿は いづれも しっかり なるようです。 お風呂あがり、全身に

スリッシュを シュッシュと かけています。 汗っかき 肌にも 良さそうです。
その後 しっかりと 保湿 しています。

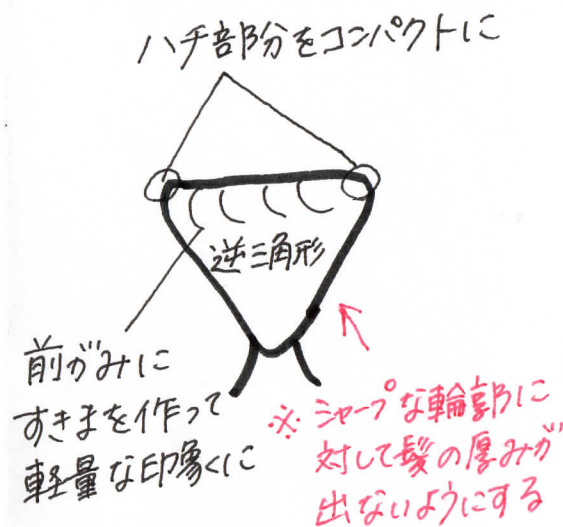
スリッシュ ベビー 200ml ... 2376円 ← オススメです。

この度、大阪での震災により被災された
皆様ならびにそのご家族の皆様にお見舞い申し上げます。

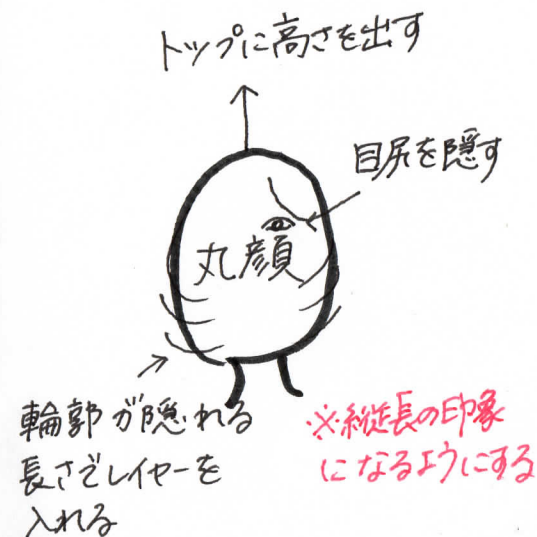
こんにちは、福井です。
梅雨に入りアジサイが綺麗に咲いていますね。
お花屋さんではヒマワリを見かけたりと
少しおっ夏に近づいている今日この頃。

私は今年に入ってから休日には
美術館に足を運ぶようになりました。
美術館の静寂した空気間は
普段の生活では味わうことができないので
非日常的な体験ができるのでオススメです。

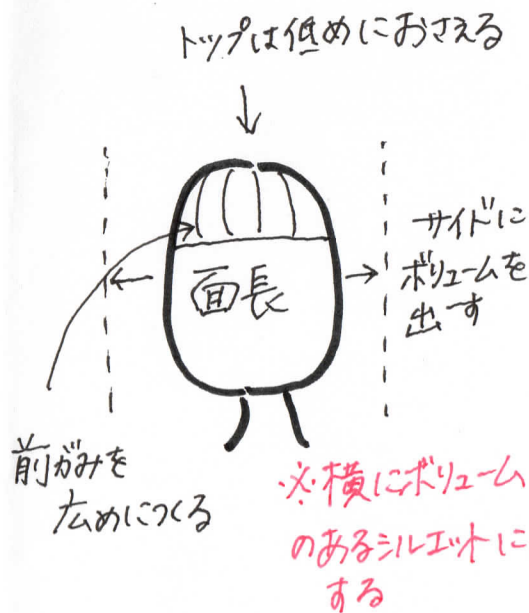
顔型に似合う髪型のポイント



芸能人：桐谷美玲さん



芸能人：長澤まさみさん



芸能人：森 泉さん



芸能人：深津絵里さん