

どーも、和田です。

多くの学生さんが、7月20日から夏休みだそうです。働くようになってからは、とても短い夏休みになってしまいました(>_<) **ふと、学生の頃の夏休みを振り返ってみました。**小学校の頃は、近所の友達と遊んでばかりで、毎日が楽しすぎました。おかげで夏休みの宿題をコンプリート出来たのは、1年生の時だけでした(^_^;) 中学生と高校生の頃は、毎日部活でした。あまりにも休みが無いので、1年中詰め襟の制服(今は全然見ない…)かジャージ姿でした。

今考えると、遊びかスポーツしかやっていない学生時代でした。中高生の時は、家に帰ってからもトレーニングをしてましたが、社会に出たら全く役に立ちませんね。いや、忍耐力だけは付いたかもしれません。(これが意外と役立ってるかも…)

うちの坊ちゃんは、来年から小学1年生です。これからどんな夏休みを過ごしていくんでしょうね(*^_^*) 自分で考えながら、いろんなことにチャレンジしてもらいたいものです。



先月は、みなさんにご心配をおかけしましたが、坂井は完全復活をして、**元気に働いております。**普段からあまり自分をセーブできないみたいで、まわりがひやひやするぐらい働きまくっています(^_^;)

坂井は普段体調が悪くても、まわりから見たら、普段と変わらないように仕事をします。むしろテンションが高くなってしまいくらいです。本人も仕事をしているときは、あまり不調を感じないようで、仕事が終わると、ぐたーとダウンしてしまうのです。

今回つわりが長期間続いていて、毎週点滴を打っていないと生活できないくらい衰弱していたのですが、入院直前までは、あまり普段と変わらないレベルで仕事をしていました。家に帰るとずっと寝て休んでいましたが、仕事の時は、むしろ気にならなくなるようです。**僕がすごいと思うところは、坂井は完全に仕事に熱中している所です。**(ゾーンってやつですかね…) たぶん、ものすごく充実してるんだと思います。

仕事をして、お客様との会話や施術などの対応をすることで、むしろリフレッシュしている感があります。坂井は、意外とメンタルが弱いですが、仕事をすることで、高いモチベーションを保ち、元気をチャージしています。坂井が仕事に熱中できるのは、みなさんのおかげだと感じています。本当にありがとうございます。

仕事のコントロールは、ある程度は僕の方で出来るので、11月下旬! ?の出産までは、熱中できる仕事を精いっぱいして元気でいさせてください。

まあ、坂井が仕事に熱中するおかげで、まわりが迷惑することもあります…(^_^;) 今回、こんなことをしゃべるつもりはなかったんだけどなあ…。

では、この辺で…<(_)_>f

8月9月の定休日 (火曜日以外)

9月9日 (月) 9月18日 (水) 9月25日 (水) **【夏季休暇】** 8月12日 (月) ~ 16日 (金)

福井休み8月21日 (水) or 28日 (水)

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 news

取井です。7月は比較的涼しく過ごせましたが、今年はどうなるでしょうか？

我が家では、子どもの一言で、今年もベランダでミニトマトを育てています。思ったよりもミニトマトが実り収穫できていますので、なかなか楽しませてもらっています。

夏野菜には栄養が豊富に含まれているので、これからは夏バテ対策として良いかもしれませんね！

主な夏野菜の栄養価

 きゅうり ... 成分の95%が水分。汗をかいて不足しがちな水分を補給します。ナトリウムを排出させる作用のあるカリウムも多く含まれる対策にも！

 トマト ... ビタミンCの含有量はトマトの4倍、ビタミンEはメラニン色素の沈着を防ぎ、コラーゲンの合成を助けるため、紫外線のダメージを受けた肌をいたわります。

 ナス ... 胃液の分泌を促す「ソリン」という水溶性ビタミン物質が含まれ、食欲不振の解消に！紫色の色素にはポリフェノールが含まれています。



トウモロコシ ... タンパク質と糖質が主成分なので、野菜の中では高カロリー。食欲がない時、間食におすすめ。いろんな栄養素が含まれています。



カボチャ ... βカロテンが多く含まれています！体内でビタミンAに変換され、免疫力を高めくれます。アケイツグに期待が持てます。

夏は冷房で冷え症の方は悩まじょう...

腹まきは、手足の冷え対策にも効果的なので、薄着になるこの季節は羽織りものの他にもおすすめです。

そして、サンダルを履くこの季節。私はかかとかが気になるのですが、お店にあるスポンジは紫外線あとの炎症鎮静の他にもストケアとしてもおすすめです！！

私は夜お風呂あがりにかかるとスポンジをつけてからクリームをつけるのですが、角質が「ごいぶ」やわらかくなりました！お言葉しめれ♡♡♡

homeyroomypews

こんにちは高梨です ☺

今年の梅雨は梅雨らしいジメジメ... 雨ばかりでしたわ。

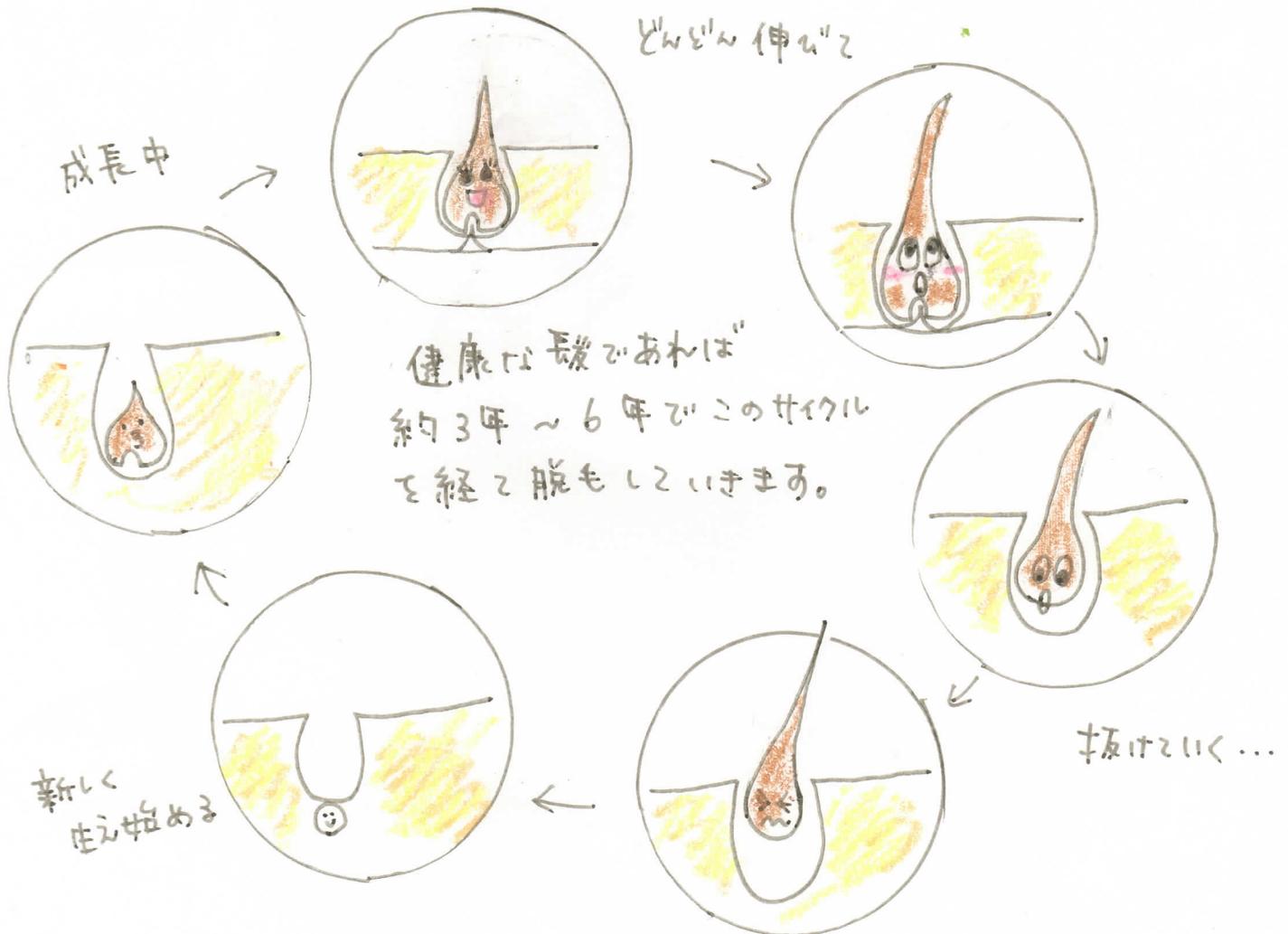
昨年の夏が暑すぎたので今年はどうなるのか...

前回の新聞で「髪の毛は何でできているのか」というのを書きました。

今回は髪の毛が伸びて成長する周期をお伝えします。

「髪の毛がよく抜ける」という話をよく聞きますが

髪の毛には毛周期というものがあります。



↑とこの感じを抜けては生えて...と繰り返していきまふ。

なので1日80本前後髪の毛は抜けていくのであふ。

こんにちは、hukuiです。

今日のnewsは「homey roomy ~ 駅までの道のり」をご紹介します。homey roomyに初めてご来店される方は結構な確率で道に迷われている方がいらっしゃいます。道に迷う気持ち...とてもわかります! 私もかなりの方向音痴でなかなか目的地へ着くのに一苦労します。馬車からhomey roomyまでのルートはいくつかあるので今回少しお伝えしますので参考までにご覧下さい。



homey roomyまでの
ルートを教えてあげよう!!

(アラジンで出てくる魔法のランプの女天精のジーニーです) おおとづサイクになってしまいました

JR川崎駅
へのルート2

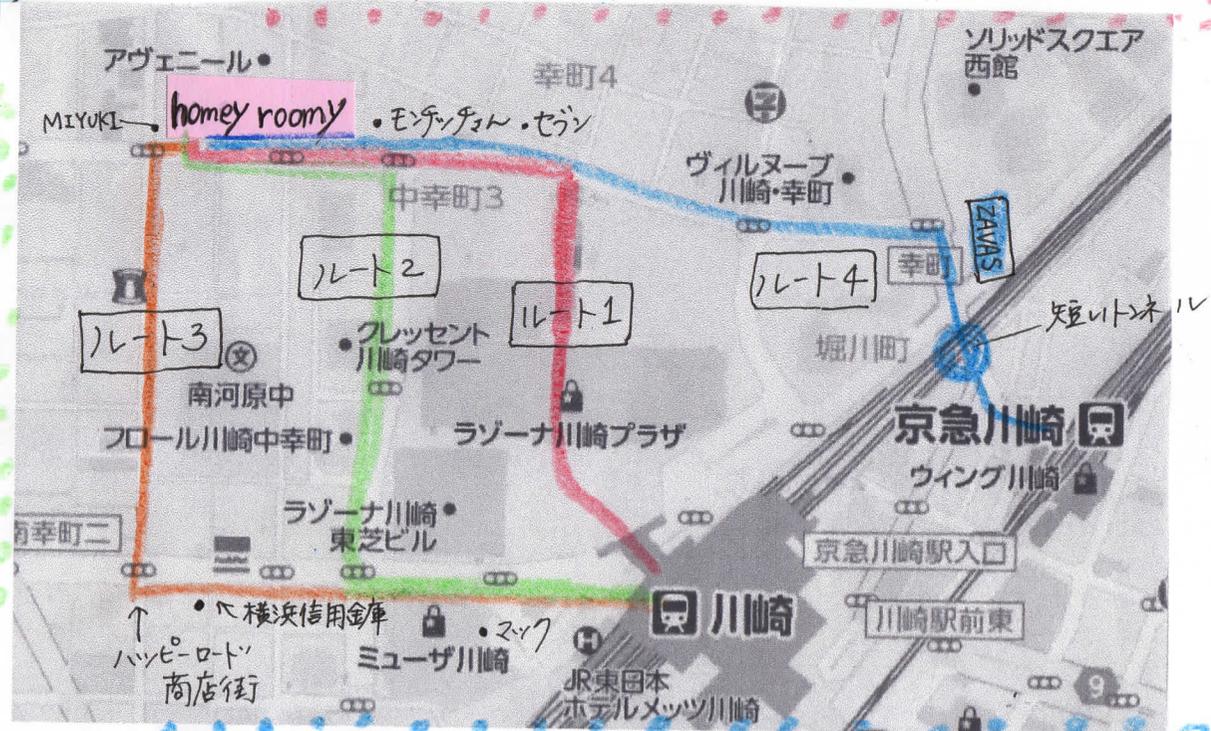
中央南改札を出て
お下へ降りる階段を下り、バスロータリーに出る。まっすぐ進み、マクが貝えたら右へ進み、大きな十字路を見つけたら馬車を背にして右へ渡る。まっすぐ進み、突き当たりの信号を渡り左の方向へ進む。(このあとはルート1と同じ)

JR川崎駅
へのルート3

ルート2で曲がる所がわからない方はきっと、そのまま進んでしまうので、まっすぐ進んだ先に「右手に横浜信用金庫」が現れたら、その側にある「ハッピーロード商店街」の中へ進んで下さい。商店街の中には文化堂(お餅)やパン屋があります。(このパン美味しいです) そのまま、ハッピーロードのおわりに着くと「MIYUKI」というパチンコ屋があるので、MIYUKIを右へ進むとすぐ「ホーミールミー」が現れます。

JR川崎駅
へのルート1

ラゾーナの1F 無印良品とsanwa(スーパー)の間にある外へつぐ扉から外へ出て、駐輪場をまっすぐ進み、車が走っている道路を左方向へ進み、セブンイレブンが見えたらセブン側の道路へ渡りそのまま左へ進む。するとモンチッチという美容室があるのでその隣にホーミールミーが現れます。



京急川崎駅
へのルート4

京急川崎からお越しの方はラゾーナを通る道もありますが、ラゾーナは人が多いため裏道をご案内します。京急川崎の改札を出て右の方向へ進むとドラマで使われそうな短いトンネルがあります。(歩く人と自転車専用と2つの道があります。)トンネルを通り抜けると、右手にZAVASの大きな看板があるのでそこにある信号を左に渡り、道なりにそのまままっすぐ進むとホーミールミーが現れます。

※道に迷ったらお電話下さい😊