

どーも、和田です。

今年は、マスクをしているせいか、調子が良いと思っていたのですが、急に眼が痒くなってきました。そうです、花粉の季節です(>\_<) 早い人は、もう少し前から花粉症の症状が出てた方もいたみたいですが、やはり今年も来てしまうのですね…。毎年、「もしかしたら治ったんじゃないのか？」と意味不明なポジティブさを発揮してしまうのですが、そんな期待とは裏腹に、花粉症はやってきてしまいます(^\_^;) 先日、コタの勉強した際に、「髪が傷んでると、開いたキューティクルに花粉がつきやすいんですよ！」という話があったので、花粉症の人にも、ヘアケアはおススメです！

homey roomy でインスタを始めて4月で1年が経ちます。僕はもともとSNSには疎いほうで、どちらかというアナログ好きぶってんですが、どうもビジネスにおいて、そんなことは言っていられなくなりました(^\_^;) そこで、本を読んだり、セミナーに参加したりして、いろいろ勉強させてもらいました。

今の感じも、個人的には悪くないとは思っているんですが、homey roomy の売りは、「クセ毛やダメージヘアの悩みを解決する」という部分なので、クセ毛の方のヘアスタイルの before&After をメインに投稿しようと思ってます！ **出来たら、顔出ししてほしいです！ お願いします<(\_)>** でも、難しかったら考慮します(\*^\_^\*) 手探りな感じで始めると思うのですが、スタッフからお声がけさせていただきます。嫌だったら遠慮なく言ってくださいね(\*^\_^\*)

先月の新聞で、コミュニケーションに関する勉強をしているという話をしました。美容室で教育に関して再考していると、お客様とのコミュニケーションに関して、考えるようになりました。そこから、日常における、夫婦関係、親子関係、友人関係、仕事でのスタッフとの関係、など様々な人間関係においても、コミュニケーションはとても重要なんだなあ、と意識するようになりました。

いま、『話し方の学校』と『傾聴コミュニケーション』という2つの講習会に参加していますが、どちらもアプローチの仕方に違いはありますが、本質的には同じような内容でした。そして、どちらも『聴くこと』がとても重要だと習いました。例えば、子供や夫婦など身近な人との関係で、反論したり、一方的に言うてしまうことはありませんか？ このように極端な例だと、相手の話を聴けていないな、と思いつける節がありますが、**日常の会話でも、自分の考えや感情を相手に押し付けてしまうことがあるようなんです。**

そもそも、人は、「聴くこと」よりも「話すこと」のほうが好きなんです！！ だから、「聴くこと」はとても価値がある事なんですよ(\*^\_^\*)

今回は、この辺で…<(\_)>

3月4月の定休日（火曜日以外）

3月8日(月) 3月17日(水) 3月24日(水) 4月12日(月) 4月21日(水) 4月28日(水)

高梨休み…4月5日(月) 4月11日(日)

和田休み…3月10日(水) 日祝日お休みを頂きます

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



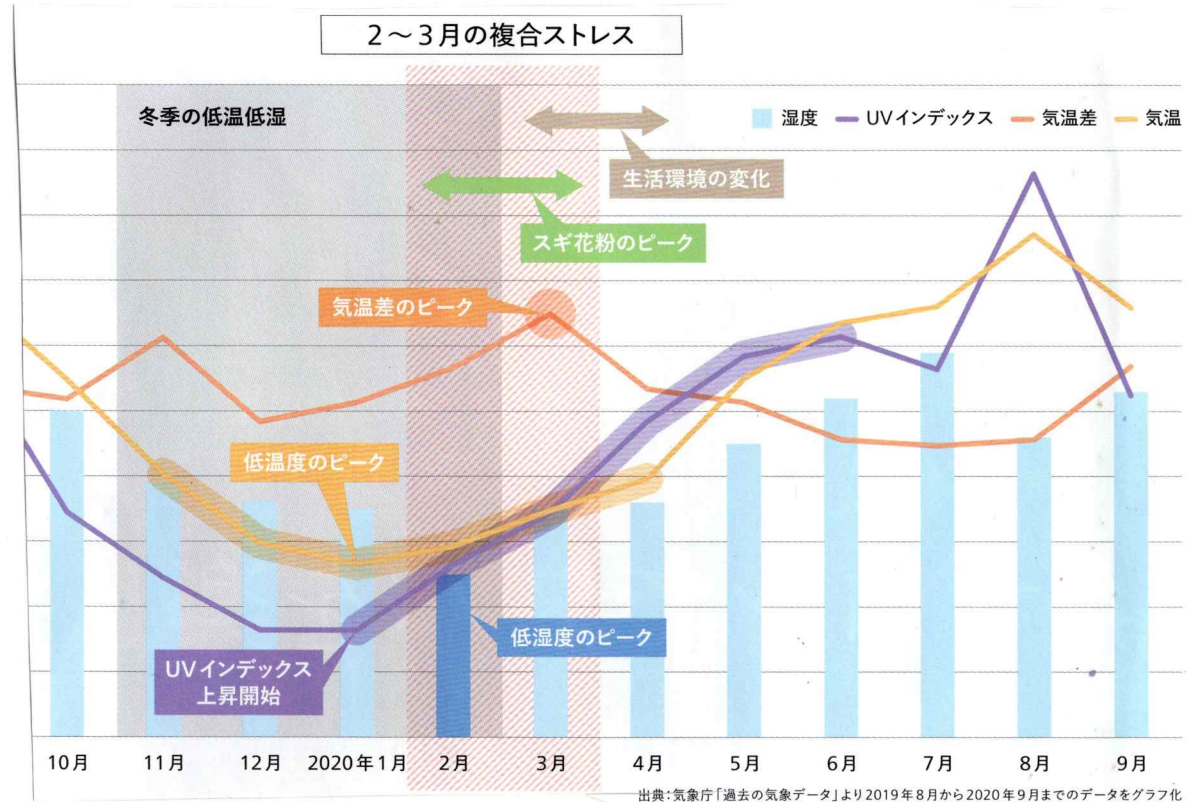
# homey roomy news

坂井です。年々花粉の症状が強くなってきて春は毎年楽しい季節でしたが、暖かくなるのと同時に鼻のどがムズムズかゆいです。

そんな春先は複合ストレスに要注意です!! 2〜3月は冬の低温・低湿によるダメージが蓄積したところへ、強まる紫外線、寒暖差、花粉、生活環境の変化など内外のストレスが複合的に重なる上、今だと感染症対策による自粛疲れも加わり、心身のコンディションも低下気味になっています。このようなストレスで低下しつづける血行、ダメージを守るために、心身のいたわりも大切にしてあげて下さいね!

## 肩こりも不眠の原因に

在宅ワークで肩こりを感じる人は7割以上も! 肩こりになると就寝中でも筋肉が緊張し続けているため、寝つきが悪くなることも。就寝前のストレッチは筋肉を和らげ、血行を良くするほか、副交感神経系も活性化。良質な睡眠への準備時間として行ってみて下さい 😊



## 運動スピードが美顔のカギ?

マスクをしていると顔の緊張がゆるみがちになり、表情も失くなるため、老けた印象に。顔の皮膚や筋肉は頭部とつながり、常に互いに引っ張り合っているため顔と頭皮の筋肉も重なりあがらねば 😊

homey roomyでは保湿をメインにしたスパメニューもあります。気になる方はぜひお試し下さいね。

# homey roomy news

こんには高梨です。

ついに来ました!! 「花粉シーズン」

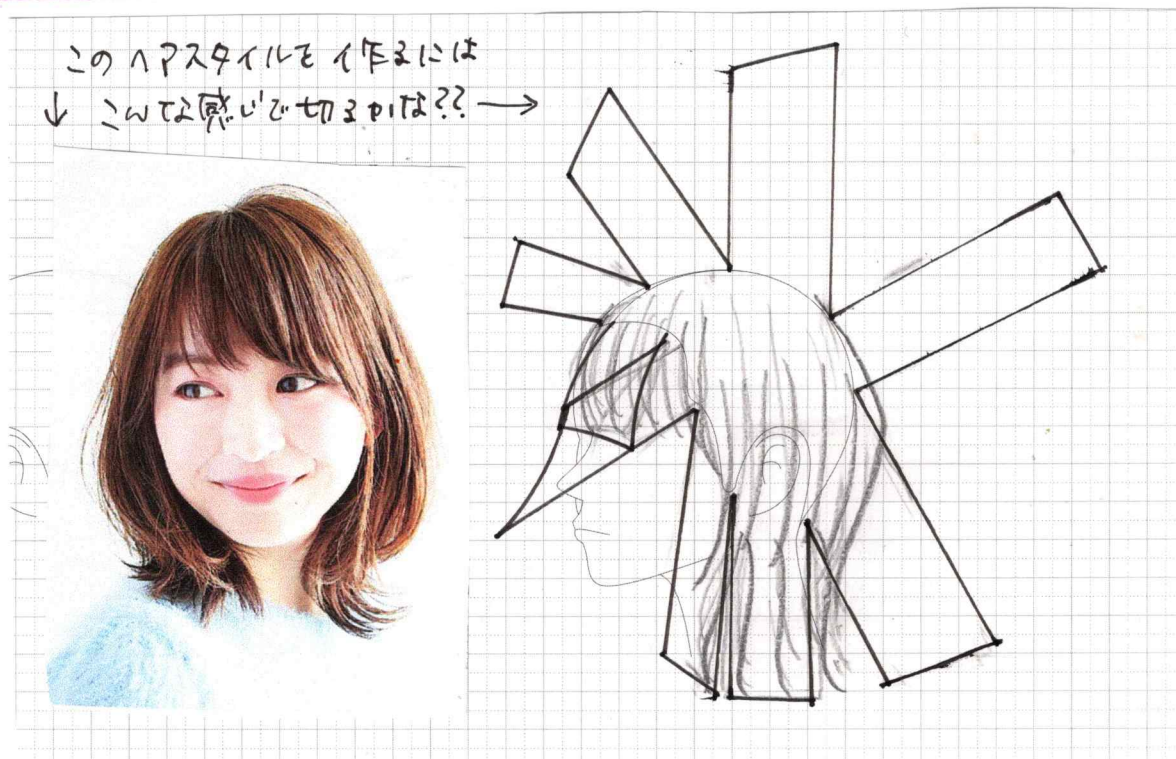
暖かくなると外に出にくくなる季節なんですよね...

私は2月に入ると頃から薬を飲んでおります。

そんな花粉と戦っている私が「勉強もがんばる」ております。

2月から「ダイアグラム」というヘアスタイルの設計図を描くセミナーをWEBで受けております。

ダイアグラム... それはこんな感じのもんです。



髪型の設計図!! 髪型の写真を分析して設計図を描く!!

これができるといふとカットするときも悩むことなくカットできるんです。

まだ「まだ」授業は続きますのでしっかりと勉強したいと思っております。



私の小学生の頃のあだ名は

おかめ でした



最近の小学校ではお友達の名前を呼ぶ時に

あだ名を使って呼んではいけないというルールがある  
そうです。

私が小学生の頃には皆にそれぞれあだ名が付いていて  
不思議なあだ名が付いている子もチラホラ居ました。

私は「おかよ」や「かよ」もしくは...

ほっぺり真っ赤だったので「アパマン👁️」や「おかめ」  
と呼ばれていました。

その時代ごとで考え方が変わっていくので新しい  
考え方に共感することも大切なんだろうな〜と  
感じています。

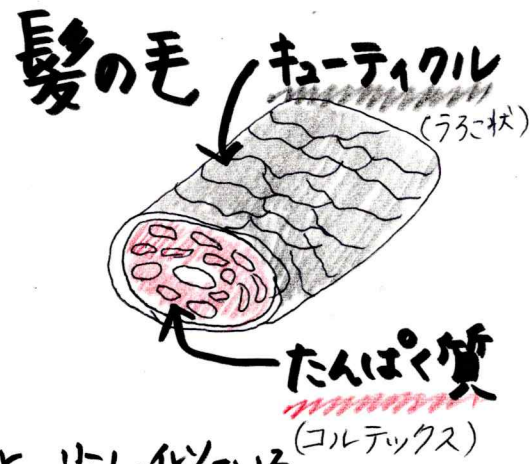
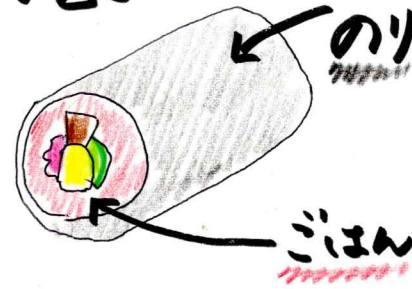
間もなく、ひな祭りがやってきましたが、少し季節が  
戻るお話をさせて頂きます。皆さんは2月2日は

恵方巻きを召し上がりましたか？恵方巻きと

髪の毛は例え話としてよくあがってくるので、今回は

『恵方巻きと髪の毛についてのお話です!!』

恵方巻き



上のイラストをご覧いただくと、少し似ている  
ように感じられたでしょうか？

恵方巻きの「のり」の部分が髪の毛のキューティクル  
恵方巻きの「ごはん」の部分が髪の毛の「コルテックス」  
ごはんもコルテックスも両方共、たんぱく質です。

髪の毛はキューティクルがあることで、髪の毛の内側にある  
たんぱく質を外へ流失するのを塞いでいます。  
しかし、キューティクルは剥がれます。(摩擦に弱いです)  
剥がれることにより、髪の毛のたんぱく質が外へ出てしまうと  
髪がパサパサになり艶がなくなってしまいます。  
このような状況だと、ご自身の髪のお手入れが  
大変になってしまいます。

ホームルーミーでは、髪の毛の補修が出来るトリートメント  
を2つご用意しております。その名も こちら

★プレミアムトリートメントもしくはプレミアムク★

気になる方は是非お尋ね下さいね♡♡