

どーも、和田です。

僕は、美容師として、ながねん火曜日を中心に休んできましたが、うちの長男が小学校に入学してから、日曜日にもお休みを頂くようになりました。

そして、昨年3人目の子供が生まれてから、立川に住んでいる僕の兄が、毎週日曜日に育児の手伝いに来てくれるようになりました(*^_^*)

兄は3姉妹のお父さんで、その3姉妹は、みんな社会人になっているので、子育ての先輩として、いろいろ教えてくれます。

兄は、少しアル中気味なんで、うちに来ると4,5本ビールや缶チューハイを開けてしまいます(^_^;)

僕は普段はお酒を飲まないんで、初めのうちは、お酒を飲まなかったんですが、最近、1,2本、一緒にお酒を飲むようになりました(*^_^*)

また、僕と兄は、年齢が10才離れていて、兄は18才で親元を離れたので、一緒に暮らしていた記憶があまりありません。だから、年の近い兄弟よりは、少し距離間があるんじゃないかと思います。

この年齢になって、兄弟といろいろ話せる機会に恵まれるというのは、不思議ですね(°_°) 片道2時間くらいかけてきてくれる兄に感謝です!(^^)!

1月からショートスパを始めました！ 僕たちは、あまりオススメ上手ではないので、まだまだ認知度は低いんじゃないかと思います(^_^;)

そして、今僕は、ヘッドスパの高級コースの講習会に通っていて、そこで興味深い話を聞いてきたので、ご紹介したいと思います！

みなさんは、昔より早く目が覚めることってありますか？

僕はめちゃくちゃ、寝起きが良くなりました！

昔から、寝起きが悪い僕としては、とても嬉しいことだったんですが、あまり良いことではないんです(>_<)

なんで、朝早く起きてしまうかという、副交感神経の働きが年齢とともに低下していくからなんです(°_°)

活動を司る交感神経の働きは、年齢を重ねてもあまり変わらないのですが、体を休ませたり、回復を司る副交感神経の働きは、30代から急降下していきんです！

それで、自律神経の働きがアンバランスになって、体力の衰えや心身の不調を感じ始めるようですよ(^_^;)

homey roomy では、ヘッドスパに限らず、シャンプー台で眠りやすい工夫をしています。

眠ると副交感神経の働きは高まるので、身体の調子も整いやすいです!(^^)!

ぜひ、ショートスパをお試しく下さいね(*^_^*)

では、この辺で…<(_)_>



3月4月の定休日（火曜日以外）

3月13日(月) 3月22日(水) 3月29日(水)

4月10日(月) 4月19日(水) 4月26日(水)

Google口コミはこちら



公式LINEはこちら



homey roomy news

こんにちは、坂井です。

今年に入ってから気がつけば2月もあと少しで「終わり」です。次回予約を頂くお客様と先のカレンダーをみながら乾燥していた季節から、今度は湿気の多い季節へと変わっていくんだなあへと、先の予定を見ながら変わり目を感じています。

今までまとりの良かった髪も湿気でクセが出やすくなると思うので、スタイルをキープするためにも、早めにストレートをかけるのも良いかもしれませんね！

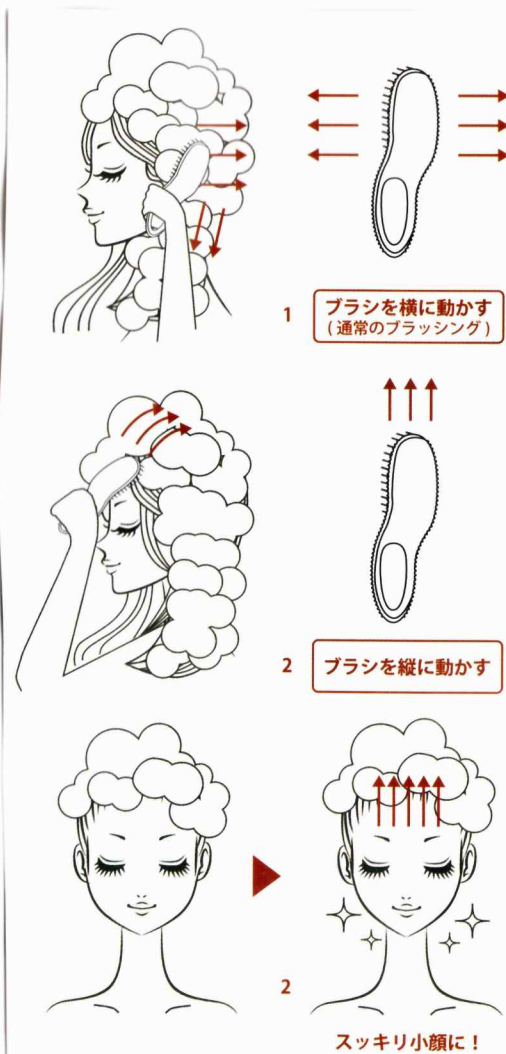
私は最近、髪が昔より糸細くなったのでは？と思う時があります。スタッフや髪をセカイテ美容師さんからは「量がタタいね〜」と言われますが、個人的にはあまり実感がありません(笑)

少しでも今の髪をキープできるようにエイジングケアをしているのですが、その中でも簡単なお手入れとしてブラッシングを毎日しています。シャンプー中に使うだけという超簡単お手入れですが、実はこんな効果があるといわれています。

- 頭皮クレンジング
- リフトアップ
- 血行促進
- 根元のボリュームアップ
- 生え癖を整えまとりのある毛先



¥6,160 (税込)



頭皮とお顔は1枚のお肌でつながっています。頭皮がたるむとお顔もたるみます。

このブラシで、シャンプー中に頭部全体の血行を促進します。個人的に使っていて感じるのが、頭皮のニオイが一番気にならなくなりまして美容師をやった20年以上たちますが、わたしのシャンプーでは残っていた頭皮のニオイは、このブラシのおかげで、私のシャンプーより、良い働きをしてくれています♪

スッキリ小顔に！

homey roomy news

こんにちは 高梨です ☺

寒い日が続くた... と鬼、たら 暖くなると... と「ハル」春を感じるように
なってきましたね。

花粉との戦いも始まりました...が!! 「紫外線」との戦いも始まりました!!!!

① 3月頃から急激に増加する紫外線量

春から紫外線量が増加します。でも肌は冬仕様から紫外線に対応できるように準備中! 夏仕様のお肌になり切れていない春先は、紫外線のダメージを受けやすいので。

② 頭皮ケアも忘れなく

「紫外線対策」と言えば「顔」から「バキーン」になりやすいね。

つい忘れてしまう「頭皮」。そして意外と頭皮ケア、これが必要かわからないよね。

③ 紫外線による頭皮トラブル

紫外線は髪にダメージを与えるだけでなく、頭皮の過酸化脂質の生成を促す大敵。紫外線によって生成される過酸化脂質とは、大気中の酸素が紫外線に照射されることで活性化し、頭皮の皮脂が過剰に酸化することにより形成される脂の塊のこと。頭皮のサビとも言われ、雑菌の繁殖による不快なにおいの元にもなるだけでなく、かゆみや炎症を引き起こしやすくなる頭皮トラブルの原因にもなります。

④ ケア方法は...



美容室でヘッドスパを受けるとか
スカルプケアを定期的に受けることに加え、
自宅でも頭皮ケアを取り入れましょう!!



★ ケア方法は来月お伝えします ☺


紫外線によって皮脂が過酸化脂質になりやすい

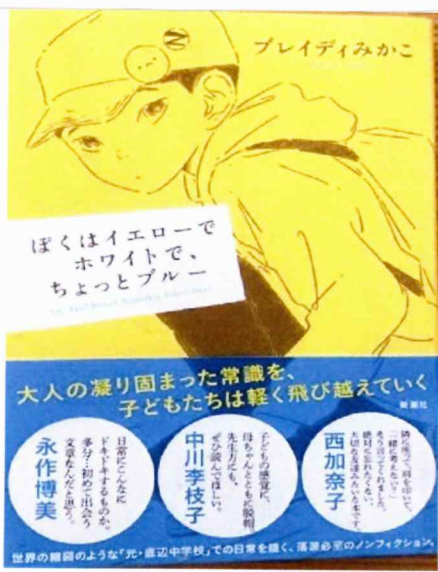
Homey roomy news

こんにちは!! 堀田です  もうあ、という間に2月も
 終りそうなんです。とても一日一日が早い。3月に「おたら
 今週週一回通っていたコタのアカデミーが卒業になりました!!!
 カットを-から学んでたくさんモデルさんにも来てもらってまだまだ
 習得しなきゃいけないことは山ほどありますが、来年までに
 絶対デビューできるように頑張ります!!! 是非とも皆さんにも応援
 してもらえると嬉しいです。  これからもよろしくお願いします♡



《今日のおすすめの一冊》

「ぼくはイエローでホワイトでちやうどブルー」

言わずと知れた名作ですが、今まで一度も
 読んだことは無く、本屋へ行った気がする
 存在ではあったんですが、今回縁があって
 お客様からお借りしていた本の中にあまして
 読んでみたらとても面白かったので紹介させていた
 だきました。  子供の
 色々な考へ方、にべからず
 一冊で日本ではおろろ
 考へられないような日常
 とも読んでいて不思議な
 気持ちに
 になりました。
 是非読
 みて下さい。



今日のおいしかったもの

井魚家 「いむら」さんです 
 先日、お店の連休日に、和田さん、
 坂井さん、高梨さん、私で、お店で
 雑務め 私はコントラストの準備が
 4人強でお店にいたので、和田さん
 ランチにつれてもらいました 
 お店の徒歩4~5分!?くらいで着ま
 した。お魚がめっちゃおいしくてた
 メニエもあって夜はお酒飲みながら
 お飯食べた。また絶対みたく
 行きたいです!!!



homey roomy news

こんにちは!! 山下です。最近、少しづつ日長くなってきましたね☀️ それと共に花粉を感じるようになってきて、少しづつ春を感じています🌸 花粉さえなければ、すごく良い季節だなと思うけどね💦 また、春は出会いと別れの季節ですね。卒園式、入学式、などなど行事がたくさんあるかと思いますが、そんな特別な日のために、homey roomy 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20. 21. 22. 23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30. 31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38. 39. 40. 41. 42. 43. 44. 45. 46. 47. 48. 49. 50. 51. 52. 53. 54. 55. 56. 57. 58. 59. 60. 61. 62. 63. 64. 65. 66. 67. 68. 69. 70. 71. 72. 73. 74. 75. 76. 77. 78. 79. 80. 81. 82. 83. 84. 85. 86. 87. 88. 89. 90. 91. 92. 93. 94. 95. 96. 97. 98. 99. 100. 101. 102. 103. 104. 105. 106. 107. 108. 109. 110. 111. 112. 113. 114. 115. 116. 117. 118. 119. 120. 121. 122. 123. 124. 125. 126. 127. 128. 129. 130. 131. 132. 133. 134. 135. 136. 137. 138. 139. 140. 141. 142. 143. 144. 145. 146. 147. 148. 149. 150. 151. 152. 153. 154. 155. 156. 157. 158. 159. 160. 161. 162. 163. 164. 165. 166. 167. 168. 169. 170. 171. 172. 173. 174. 175. 176. 177. 178. 179. 180. 181. 182. 183. 184. 185. 186. 187. 188. 189. 190. 191. 192. 193. 194. 195. 196. 197. 198. 199. 200. 201. 202. 203. 204. 205. 206. 207. 208. 209. 210. 211. 212. 213. 214. 215. 216. 217. 218. 219. 220. 221. 222. 223. 224. 225. 226. 227. 228. 229. 230. 231. 232. 233. 234. 235. 236. 237. 238. 239. 240. 241. 242. 243. 244. 245. 246. 247. 248. 249. 250. 251. 252. 253. 254. 255. 256. 257. 258. 259. 260. 261. 262. 263. 264. 265. 266. 267. 268. 269. 270. 271. 272. 273. 274. 275. 276. 277. 278. 279. 280. 281. 282. 283. 284. 285. 286. 287. 288. 289. 290. 291. 292. 293. 294. 295. 296. 297. 298. 299. 300. 301. 302. 303. 304. 305. 306. 307. 308. 309. 310. 311. 312. 313. 314. 315. 316. 317. 318. 319. 320. 321. 322. 323. 324. 325. 326. 327. 328. 329. 330. 331. 332. 333. 334. 335. 336. 337. 338. 339. 340. 341. 342. 343. 344. 345. 346. 347. 348. 349. 350. 351. 352. 353. 354. 355. 356. 357. 358. 359. 360. 361. 362. 363. 364. 365. 366. 367. 368. 369. 370. 371. 372. 373. 374. 375. 376. 377. 378. 379. 380. 381. 382. 383. 384. 385. 386. 387. 388. 389. 390. 391. 392. 393. 394. 395. 396. 397. 398. 399. 400. 401. 402. 403. 404. 405. 406. 407. 408. 409. 410. 411. 412. 413. 414. 415. 416. 417. 418. 419. 420. 421. 422. 423. 424. 425. 426. 427. 428. 429. 430. 431. 432. 433. 434. 435. 436. 437. 438. 439. 440. 441. 442. 443. 444. 445. 446. 447. 448. 449. 450. 451. 452. 453. 454. 455. 456. 457. 458. 459. 460. 461. 462. 463. 464. 465. 466. 467. 468. 469. 470. 471. 472. 473. 474. 475. 476. 477. 478. 479. 480. 481. 482. 483. 484. 485. 486. 487. 488. 489. 490. 491. 492. 493. 494. 495. 496. 497. 498. 499. 500. 501. 502. 503. 504. 505. 506. 507. 508. 509. 510. 511. 512. 513. 514. 515. 516. 517. 518. 519. 520. 521. 522. 523. 524. 525. 526. 527. 528. 529. 530. 531. 532. 533. 534. 535. 536. 537. 538. 539. 540. 541. 542. 543. 544. 545. 546. 547. 548. 549. 550. 551. 552. 553. 554. 555. 556. 557. 558. 559. 560. 561. 562. 563. 564. 565. 566. 567. 568. 569. 570. 571. 572. 573. 574. 575. 576. 577. 578. 579. 580. 581. 582. 583. 584. 585. 586. 587. 588. 589. 590. 591. 592. 593. 594. 595. 596. 597. 598. 599. 600. 601. 602. 603. 604. 605. 606. 607. 608. 609. 610. 611. 612. 613. 614. 615. 616. 617. 618. 619. 620. 621. 622. 623. 624. 625. 626. 627. 628. 629. 630. 631. 632. 633. 634. 635. 636. 637. 638. 639. 640. 641. 642. 643. 644. 645. 646. 647. 648. 649. 650. 651. 652. 653. 654. 655. 656. 657. 658. 659. 660. 661. 662. 663. 664. 665. 666. 667. 668. 669. 670. 671. 672. 673. 674. 675. 676. 677. 678. 679. 680. 681. 682. 683. 684. 685. 686. 687. 688. 689. 690. 691. 692. 693. 694. 695. 696. 697. 698. 699. 700. 701. 702. 703. 704. 705. 706. 707. 708. 709. 710. 711. 712. 713. 714. 715. 716. 717. 718. 719. 720. 721. 722. 723. 724. 725. 726. 727. 728. 729. 730. 731. 732. 733. 734. 735. 736. 737. 738. 739. 740. 741. 742. 743. 744. 745. 746. 747. 748. 749. 750. 751. 752. 753. 754. 755. 756. 757. 758. 759. 760. 761. 762. 763. 764. 765. 766. 767. 768. 769. 770. 771. 772. 773. 774. 775. 776. 777. 778. 779. 780. 781. 782. 783. 784. 785. 786. 787. 788. 789. 790. 791. 792. 793. 794. 795. 796. 797. 798. 799. 800. 801. 802. 803. 804. 805. 806. 807. 808. 809. 810. 811. 812. 813. 814. 815. 816. 817. 818. 819. 820. 821. 822. 823. 824. 825. 826. 827. 828. 829. 830. 831. 832. 833. 834. 835. 836. 837. 838. 839. 840. 841. 842. 843. 844. 845. 846. 847. 848. 849. 850. 851. 852. 853. 854. 855. 856. 857. 858. 859. 860. 861. 862. 863. 864. 865. 866. 867. 868. 869. 870. 871. 872. 873. 874. 875. 876. 877. 878. 879. 880. 881. 882. 883. 884. 885. 886. 887. 888. 889. 890. 891. 892. 893. 894. 895. 896. 897. 898. 899. 900. 901. 902. 903. 904. 905. 906. 907. 908. 909. 910. 911. 912. 913. 914. 915. 916. 917. 918. 919. 920. 921. 922. 923. 924. 925. 926. 927. 928. 929. 930. 931. 932. 933. 934. 935. 936. 937. 938. 939. 940. 941. 942. 943. 944. 945. 946. 947. 948. 949. 950. 951. 952. 953. 954. 955. 956. 957. 958. 959. 960. 961. 962. 963. 964. 965. 966. 967. 968. 969. 970. 971. 972. 973. 974. 975. 976. 977. 978. 979. 980. 981. 982. 983. 984. 985. 986. 987. 988. 989. 990. 991. 992. 993. 994. 995. 996. 997. 998. 999. 1000.

COTA エイジング BOUNCE UP 新発売!!

今月は、3/7から、5/10(金)に新製品として発売される、パウンスケアの商品についてご紹介させていただきます。

見た目印象を大きく変える髪のエッセンスに着目し、エイジングパウンスケア。軟毛で根元がぺたつきしているが、毛先が広がるダメージケアをしているのに毛先がまとまらない。そんな方におすすめの商品です。

before

after



べたついたヘアスタイル



しなやかに弾むヘアスタイル

※本品使用後、ドライヤーで仕上げてください。

- ① シャンプー…毛髪を内部から補修し、弾力とまとまりのある髪へ洗いあげます。
- ② トリートメント…毛髪を内部から補修し、弾力とまとまりのある髪へ
- ③ ミスト…毛髪を内部から補修。弾力感と軽やかなボリュームのあるシルエットへ。



② トリートメント

③ ミスト

① シャンプー

「ボリューム」と「弾力」と「シルエット」の関係

軟毛で根元はぺたつきするのにも毛先は広がる



ダメージケアをしているのに毛先がまとまらない



ボリュームケア



髪を根元から立ち上げ、ふんわりさせます。

バウンスケア



髪全体にしなやかな弾力を与え、まとまりやすくします。

ボリュームケア + バウンスケア



根元のボリューム+弾力があることで髪はカーブを描き、内側へとおさまりやすくなります。

香りは、ササリを基調とした、グリーン系の香りです。ササリは甘く優雅な香りが特長で、リラックス効果に期待できる香りとなっており、おすすめです。そして、この製品を使うと根元が立ち上がり、ボリュームが出るので弾力が増えるなどの成分の説明、正しい使い方を詳しくは、5/10発売日直前のhomey roomy news2でご紹介させていただきます。

こんにちは小林です!! まだまだ寒い日が続きますね (^^)

先日少しだけ雪が降りましたが積もらずなくて良かったです!!
最近高梨さんが僕の健康を気遣って下さり、お店の近くに最近出来た
栄養ステーションの野菜ドリンクを飲ませてくれました。

生野菜の中でも特に栄養価の高いものを厳選し、素材の水分を搾った
野菜の栄養ドリンクみたいです。
最近野菜不足だなと感じました。ぜひ行ってみて下さい!

もう一つ高梨さんにお店の近くのルッポロードにある企業向け宅配弁当
を勧められて頼んでみました。
僕が初めて注文したメニューが6種類おかずが入ってるヘルシー弁当です!!

日替わり400円以内で味も美味しかったのでヘルシーユーザーになりそうです(笑)
そして、食生活は髪の毛にも影響します。髪の毛も体と同じように
必要な栄養を与えてあげることによって、薄毛や抜け毛などの悩みにアプローチ
してくれます。

髪の毛には3つの栄養素が必要で!!

① たんぱく質・髪の毛の主成分
髪の毛の主成分のほとんどは「ケラチン」と呼ばれる18種類のアミノ酸が結合したたんぱく質
です。

アミノ酸を含むたんぱく質として、豚肉、鶏むね肉、マグロ、卵などが
あります

② 亜鉛・ケラチンを合成する
亜鉛はケラチンを合成する働きを行います。カキ、チーズ、豚レバー、ごま、アーモンド
などに多く含まれます。

③ ビタミン・髪に栄養を送る。
ビタミンAやEは血行促進作用、ビタミンBは育毛効果があります。

- ビタミンA ... レバー、うなぎなど
- ビタミンE ... 食物油、アーモンドなどのナッツ類
- ビタミンB ... 魚、卵、納豆など

ぜひ参考にしてみてください。

僕も自分のために意識していきたいと思います(笑)