

シーズレター VOL. 3

ちょっと早めですが、飽きずにニュースレター3号です。自己満足にならないよう心がけたいとおもいます。
最後までお付き合いください。

あなたの女度は？

いつまでも可愛く若々しくキレイでいたい。女性なら誰でも望むこと
そのためには女性ホルモンの力が必要です、悲しくも年々減少していくもの
女性ホルモンの量は、人それぞれに分泌されている量がちがうもの。じゃあ自分の女性ホルモンの量は???
で、手っ取り早くこんな計算式で **ウエスト÷ヒップ＝** いくらでした？
出た数値が0.7より上だと少なめ ちなみに0.85を超えると危ないそうです。0.7以下の方は問題なし
程よくホルモンが分泌されているそうです。ご参考までに・・・・



素敵なフレイム (日経新聞に書いてあった眉ネタをピックアップ)

眉毛は顔の額縁といわれるほど顔の印象を大きく左右します

- ・ 少し前までの眉はこんな感じ
- ・ 最近登場したニュータイプ



ムダ毛をぬき
毛をカットして整形した
人工的な眉



自眉を生かしたふんわり眉、毛流れを
残し無理のない太さを残した
ナチュラル系

若さや明るさも印象付けるため(5歳若返ります・・・)
(新聞からそのままUPしたので汚くてすいません)

私は大丈夫！が危険信号です。

- ・ 分け目(パート)に危険信号
分け目(パート)部分が薄くなって・・・！？と気にされてる方が多いようです。
お子様とかレジャーで長時間直射日光の下で過ごすことの多いこの季節、特にヤングミセス層になると
際立って目に見えてきてるような・・・！？分け目(パート)部分が恐ろしく焼けて茶色くなっている方
紫外線がとても恐ろしいです、角質が大きくフケとなって剥がれ落ち最悪、皮膚が炎症を起こします。
髪は顔の5倍の紫外線を受けているといわれます。
髪で覆われていない分け目(パート)部分の皮膚は5倍の紫外線の力を妨げることなくしっかり
吸収します。薄くなればなるほどその猛威は直撃します。50代～過ぎると明らかな答えが待ってます・・・

対策 外出時は帽子をかぶる。あるいは日傘をさす等紫外線から頭皮を守りましょう。サンバイザーはダメです。

インナードライ肌ってなに？

夏は汗や皮脂が多く出るので肌表面は潤っている様に錯覚してしまいがちです。しかし、紫外線により、
肌の中に存在している保湿成分は減少、冷房によっても肌は乾燥してしまいます。これがよく耳にする
「インナードライ肌」をそのままにしておくと夏が終わる頃に肌のトラブルなど不調を実感することにな
るでしょう。

対策 夏でも肌をきちんと保湿する必要があります。夏はベタベタして化粧品を使うのが嫌、という人は
まず化粧水を見直してみてもいいかもしれません。肌表面をサラサラに整え、肌の奥深くにはしっかり潤いを
チャージしてくれるものを選んでみるといいでしょう。**「夏のお手入れがだいじ！！」**

シャンプーしても何となく気になる夏の髪・・・

マッサージは、頭皮全体に適度な刺激が加わり、毛根も元気に。

特に疲れやすい夏の頭皮にはマッサージは効果的。リフトアップ効果も期待できるので、必須項目！！



両手の指をピッタリと組み、手のひらを広げた状態で頭のテッペンに密着。そのまま手のひらをすぼめたり広げたりして頭皮を動かします。

ご自宅で育毛剤を塗布した後、このマッサージを行うと効果的です。



左右の親指と人差し指がお互い重なるように組み頭皮に密着させたら、中心に寄せるような感覚で額からつむじ方向、さらにはボンノクボの両側にある「天柱」「風池」呼ばれるツボまで進めていきます

血液循環が良くなるばかりか、毛穴の脂を絞りだすことができ、育毛効果がえられます。



①指腹を頭皮に密着させたまま、矢印のように中心部に向かって寄せたり離したりの動きを繰り返します。

②同じく指腹を頭皮に密着させたまま、矢印のように前後に動かします。これを繰り返して行います。

豆知識

シャンプーアドバイス これだけは必ず守って！！

❌シャンプーは安いのを使うけど、トリートメントは高いのを使っているケース逆です。

安いシャンプーを使うと髪や頭皮の水分・油分をしっかり取り除いてしまい乾燥してしまいます。

❌すすがないで、髪を濡らすだけでシャンプーする

髪をすすぐだけで80%の汚れがおちます。

❌トリートメントを地肌につけてしまう

トリートメントが頭皮に残っていると、フケ・かゆみの原因になります。

❌タオルドライの時、頭皮を拭かず、髪だけを乾かす

頭皮が湿っていると、細菌が発生し、フケ・かゆみの原因になります。

❌濡れた髪で寝る

濡れた髪は、一番弱った状態なので、キューティクルが剥がれたり髪が切れたりします。



疲れやすい夏の頭皮髪におすすめ！！

お買い得情報 2010年夏の感謝祭 期間7月31日迄

ご家庭でお使いになるスキンケア&ヘアケア商品感謝祭！



1本お買い上げ 5%OFF

3本お買い上げ 10%OFF

6本お買い上げ 15%OFF



組み合わせは自由です。(ご返品はご遠慮ください)

クレジットカードでのお支払いの場合は割引率が変わります

当店で愛用者の多い商品は・・・

S-1シャンプーとM3.2のセット



詳しくは、<http://m3p3.com/>

100%オーガニックの天然由来のシャンプー(ノンシリコン)「どんだけー」で有名なカリスマ美容家も推奨！
マイナスイオン、別名・導入化粧水M3.2と混ぜることを前提に計算されつくして作られたS-1シャンプー

・多くお客様からこんな喜びの声をいただきました。

- ・かゆみがひいてフケもでなくなった
- ・根元の立ち上がりがよくなった
- ・シャンプーを流したら首までつるつる
- ・くせ毛のおさまりがよくなった
- ・トリートメントをしなくてもよくなった

*髪、頭皮の悩みを抱えていらっしゃる方はぜひ相談してください。

おすすめ！！

シャンプー1本+ M3.2
¥6350 ¥3675



おすすめ！！

M3.2+P4.1
¥5250 ¥3885



10月出産予定です

産休で、しばらくの間いなくなります。
元気な赤ちゃんを産んでまた、戻ってきます。
皆様にご迷惑おかけします。山本亜紀

7月 8月定休日 ■ は定休日

7	日	月	火	水	木	金	土
					1	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	

8	日	月	火	水	木	金	土
1	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					

お目通し頂きありがとうございました。