

○ お休みカレンダー

8 August							9 September						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
31	①	②	3	4	5	6	28	29	30	31	1	2	3
7	⑧	⑨	10	11	12	13	4	⑤	⑥	7	8	9	10
14	⑮	⑯	⑰	⑱	⑲	20	11	⑫	⑬	14	15	16	17
21	⑳	㉑	24	25	26	27	18	⑲	⑳	21	22	23	24
28	㉒	㉓	31	1	2	3	25	㉔	㉕	28	29	30	1

TOSHINYOKU

頭 浸 浴

絆

2022年8月136号

新製品



改善点



他のメニューと一緒にされ
ると半額の1,100円



美容室オズからのお知らせ

【こんな方におすすめ】

- ・短時間で、癒されたい
- ・ストレスを切り替えたい
- ・頭皮・髪の汚れをリセット
- ・カラーの色もちアップしたい



■6月から本格的に新メニューや新技術・新商品などの入れ替えや適正価格への変更をして、進化成長を目指しています。すでに美容室オズにお見えになっているお客様は、9月の創業祭からの変更になります。

2022年カットアカデミー研修会



安心＆安全な
カラー剤です。

募集中！ノンジアミン
カラーの
モデルさんを
してみませんか？

“輝髪ペインター”で頭皮・髪の傷みを忘れました！

くり返すほど
毛先まで太く
丈夫になる。

新発明 白髪抑め
頭皮・肌 やさしい
ジアミンゼロ
ゼロロ 傷みゼロ配合

自髪染め、変えてみませんか？

髪はもちろん、色味をプラスした髪色を楽しめます。

輝髪ペインター

美容科学講座により勉強して
6月から導入した新メニュー

- ・皮膚美容科学
 - ・毛髪美容科学
 - ・食品栄養学
 - ・皮膚美容科学
 - ・油脂・化粧品学
- ① 頭皮や肌の疾患はなぜ起こるのか？
 - ② 適切なアドバイスのポイント
 - ③ 仕組みがわかれば正しいお手入れ法が見えてくる

お客様応援キャンペーン

年1回の商品特別価格での

予約受付開始

9月1日～10月31日まで

☆ご予約をされると

15%～20%OFF

☆電話・ライン予約もOK

◆1個 15%OFF

◆2個 17%OFF

◆3個 20%OFF

♡特別訳ありセールも検討中！♡

♡商品引き渡し期間と注意事項♡

- 1)、11月～12月に商品お渡しできます。
引き渡し期間が過ぎたら無効になりますので
ご注意ください。
- 2)、商品代金は、商品と引き換えでもできます。
- 3)、商品をカードご利用のお客様は割引対象外
になりますのでご了承ください。
今回の商品お買い上げは、現金のみ有効です。
- 4)、11月～12月の『お客様感謝祭』は、1個5%
OFFからになります。



【縁側がなくても、だいじょうぶ。】風鈴の由来や歴史、楽しみかた

風になびく姿と心地よい音色によって、目と耳で「涼」を感じられる夏の風物詩、風鈴。風鈴は、短冊が風を受け揺れることで音が鳴りますが、日本人は風鈴の音色を聴くことで《風が吹いている＝涼しい》と連想することで涼しく感じられるそう。また、風鈴は異なる高さの音が重なり合って聞こえてくることから、その音の揺らぎにより脳がリラックスした状態になるとされています。



風鈴の由来と歴史

風鈴は、中国より伝えられた「占風鐸(せんふうたく)」がもとになっているとされています。唐の時代、中国では占風鐸(せんふうたく)と呼ばれる占いが存在していました。この占風鐸は、竹林の東西南北に風鐸と呼ばれる青銅でできた鐘のようなものを吊るし、風の向きや音の鳴り方で物事の吉凶を占うもので、政治判断などが行われていたそうです。日本へは奈良時代、遣唐使によって仏教とともに伝えられたとされています。当時の日本では、強風は流行病や邪気などの災いを運んでくると考えられていました。そこで(その音が聞こえる範囲は聖域となる)災いから守ってくれるものとして、お寺の軒の四隅に風鐸が吊るされるようになっていきました。

いつから「夏の風物詩」になったの？

風鈴が流行する以前より、庶民のあいだでは籠(かご)のなかで鈴虫を飼い、鳴き声を楽しむ習慣がありました。風鈴の音がスズムシの鳴き声に似ていることもあり、夏の終わりから秋にかけてスズムシを飼うときには風鈴は仕舞い、「風鈴は夏のもの」という風習が生まれたという説があります。

縁側がなくても楽しめる風鈴の飾りかた

涼しさの演出として飾られる風鈴ですが、夏の過ごしかたや気温にも変化ができたことから、窓を締めてエアコンを効かせて過ごすことが増えたこともあり、風鈴の音はちょっと遠い存在になってしまったのかもしれない。エアコンがあれば暑さは困らないけれど、せっかくならば風鈴ならではの心地よさも日々の生活に取り入れたいもの。そこでマンションや縁側のない住宅での、風鈴のたのしみかたをご紹介します。

【風が当たる場所に飾る】

風鈴の音を、よりたのしみたいのであれば、室内にかけるのがおすすめ。たとえば、カーテンレールにかけたり、専用のスタンドをつかって卓上風鈴としてたのしんだり。エアコンや扇風機の風が当たる場所に吊るせば、弱い風でも風鈴の音色を楽しむことができます。

【玄関につるして】

風鈴を玄関に飾ると、ドアを開けたときに通る風で風鈴の音色を楽しむことができます。帰宅してドアをあけた瞬間に涼しげな風鈴の音がすると、それだけで外の暑さを忘れさせてくれるような気がします。

夏らしいインテリアのワンポイントに

夏らしいインテリアを彩るにも、風鈴はぴったり。

熱中症の予防、原因、対策「水分だけでなく塩分が大事」

熱中症とは、暑熱環境下において身体適応の障害によって起こる状態の総称です。本質的には、脱水による体温上昇と、体温上昇には伴う臓器血流低下と多臓器不全で、表面的な症状として主なものは、めまい、失神、頭痛、吐き気、強い眠気、気分が悪くなる、体温の異常な上昇、異常な発汗（または汗が出なくなる）などがあります。



◆熱中症の原因とは◆

熱中症は、環境による要因と、身体的な要因、行動による要因の3つが重なった場合に起りやすくなります。

《環境による要因》

- 気温が高い
- 湿度が高い
- 強い日差し
- 通気が悪い
- 風が弱い
- 厚着をしている

《身体的な要因》

- 体調が悪い
- 高齢者や乳幼児
- 糖尿病などの特病がある
- 病気などで体調が良くない
- 肥満
- 普段から運動をしてない

《行動による要因》

- 激しい運動
- 長時間の炎天下での労働
- 水分補給がしにくい状況

◆熱中症の予防・対策について◆

《熱中症予防》

- 体調を整える

睡眠不足や風邪気みなど、体調の悪いときは暑い日中の外出や運動は控えよう。

- 服装に注意

通気性の良い洋服を着て、外出時にはきちんと帽子をかぶろう。

- こまめに水分補給

「喉が渴いた」と感じたときは、すでにかかなりの水分不足になっていることが多いもの。定期的に少しずつ水分を補給しよう。特に夏場は汗と一緒に塩分が失われることを考えると、塩飴などを持っておくのがオススメ。

- 年齢も考慮に入れて

体内の機能が発育途中の子どもや、体力が衰えはじめた高齢者は熱中症になりやすい。年齢を意識して、予防を心がけることも大切だ。

《熱中症の対策》

熱中症かもしれない、と思ったらまず真っ先にしなければならない基本中の基本を挙げてみたので、いざという時のために、ぜひ、覚えておこう。

- 涼しい日陰やクーラの効いた室内などに移動する
- 衣類をゆるめて休む
- 体を冷やす

氷や冷たい水でぬらしたタオルを手足にあてる。

氷や冷たい水がない場合は、タオルやうちわ、衣服などもを使ってあおぎ、風を送って冷やす。

- 水分塩分を補給する

このとき、水分だけではなく、汗によって失われた塩分も補給する必要がある。

塩飴やスポーツドリンクなどを少しずつ何回にも分けて補給しよう。



8月の運勢

暑中見舞いを出す期間は、「大暑」にあたる期間の7月20日頃～8月8日頃で、その前日までに先方に着くようにします。それを過ぎたら「残暑見舞い」として、8月末までに出しましょう。



3/21～4/20生

【牡羊座】
ラッキーカラー
グレー
ラッキーアイテム
折り畳み傘

さみしくて人肌が恋しくなりそう。家族と離れている人は連絡を。明るく元気なつもりでも、テレビを見ているだけで涙が出たりするかも。親しい友人や家族など、気の許せる人と話してみると心が芯から温かくなります。



4/21～5/21生

【牡牛座】
ラッキーカラー
青
ラッキーアイテム
ペンダント

お金がないとか、容姿が悪いなどの些細な劣等感に落ち込みそう。他者と比べて自分が劣っていることを探すより、健康でよかったとか今日も食事ができて良かったといった、小さな満足を探すことで魅力が増します。



5/22～6/21生

【双子座】
ラッキーカラー
オレンジ
ラッキーアイテム
歯ブラシ

人に助けられて嬉しくても、素直に感謝を表現できないかも。それでも助けようとしている人の存在があります。日を改めてでも必ずお礼は伝えましょう。とにかく相手に直接、感謝を伝えてください。



6/22～7/22生

【蟹座】
ラッキーカラー
白
ラッキーアイテム
靴下

同性からの嫉妬を受けて、余計な悩みやイヤな思いをすることに。ほっておくのが良いけれど、しつこくされるのならハッキリと相手に話を聞いて早めに対処してください。力を貸してくれる人がいるなら助けられて。



7/23～8/22生

【獅子座】
ラッキーカラー
ブラウン
ラッキーアイテム
ゲーム機

周囲との価値観が違って、世界が違うのだと割り切りましょう。それぞれの世代や環境によって、世界観も価値観も違います。認め合えれば良いけれど、それもむずかしいので、縁のない相手だと距離をおきましょう。



8/23～9/22生

【乙女座】
ラッキーカラー
紫
ラッキーアイテム
観葉植物

前向きにと意識するほど苦しくなりそう。自分らしくいて。諦めずに達成した自分を思い描くことも大切だけど、時には心に休息も必要です。こだわりすぎると大切なことを見失います。自分を追い込まないように。



9/23～10/23生

【天秤座】
ラッキーカラー
オレンジ
ラッキーアイテム
シャンプー

人当たりの良さに惹かれたと、言い寄ってくる異性があるかも。関心のない異性であれば、すぐに断らないと面倒なことになるでしょう。逆に好意を持てる相手であれば、すぐに良い返事をして好機をつかんで。



10/24～11/22生

【蠍座】
ラッキーカラー
ベージュ
ラッキーアイテム
クレヨン

大事なことを頼まれそう。引き受けるなら最後まで責任をもって。要件をきちんとこなすことで自分の自信につながり、また周囲からの信頼も得られます。気負わず楽しみながらすることが理想だけど、まずはやってみて。



11/23～12/21生

【射手座】
ラッキーカラー
水色
ラッキーアイテム
ポーチ

普段なら平気なことでも我慢できず、人に当たってしまいそう。どうしても身近な人にストレスをぶつけてしまうけれど、いざとなれば助けてくれるのは身近な人なので大切にしよう。不要な紙を破ることで厄除けに。



12/22～1/20生

【山羊座】
ラッキーカラー
黄緑
ラッキーアイテム
鉛筆

笑顔が素敵で人気運急上昇。とにかく笑顔を振りまきましょう。あいさつはもちろん、お礼を言うとき、雑談などあらゆる場面でニコニコ愛想よくするだけで好感を持たれます。ただ、自分が悪い時は誠意を込めて謝って。



1/21～2/19生

【水瓶座】
ラッキーカラー
シルバー
ラッキーアイテム
貯金箱

いつもお世話になっている方を、お茶や食事に誘いましょう。職場や恋人など対人面でいろいろと悩みそうなので、相談してみると良いかも。まったく新しい視点を教えてもらえて、もやもやしていた気持ち晴れます。



2/20～3/20生

【魚座】
ラッキーカラー
赤
ラッキーアイテム
スポーツ用品

自分勝手な行動を取って反感を買おう。協調性を考えて。自分がされたらどう思うかを常に頭の片隅におきましょう。みんなと仲良くできれば対人面の運気を上げ、人から幸せをたくさん受け取ることができます。

レシピ

ツナと豆の

ココナッツカレー

電子レンジでアッという間にココナッツカレーが出来上がります。



材料(2人分)

- ツナ(缶) … 1缶
- ミックスビーンズ … 100g
- ニンニク … 1/2片
- 野菜ジュース … 300ml
- 〈調味料〉
- フライドオニオン … 10g
- カレー粉 … 大さじ2
- 塩小さじ … 1/2
- ナンプラー … 小さじ1/2
- ココナッツミルク … 100ml
- 顆粒スープの素 … 小さじ1

作り方

- 1 ツナとミックスビーンズは軽く汁気をきる。
- 2 ニンニクはみじん切りにする。
- 3 耐熱ボウルにツナ、ミックスビーンズ、ニンニク、野菜ジュースを入れ、ラップをかけて電子レンジで5分加熱する。
- 4 (3)をひと混ぜし、〈調味料〉の材料を加え、再度ラップをかけて3分加熱する。



このレシピのポイント・コツ

電子レンジは600Wを使用しています。