

絆
6月146号



発行元美容室オズ
 営業時間/ AM8:30 ~PM6:00
 ・受付時間/ PM4:30まで
 ・定休日/ 月曜・火曜
 ・電話予約/ 0562-48-5658
 ・オズ登録ラインからも予約できます。
 大府市美容室オズ 🔍 検索 HP
 メール: ozsisoutg21@yahoo.co.jp

**お肌がキレイになると
気分が上がって、
元気になりますよ!**

ハーブピーリングを
おためし下さい!

リベルハーブピーリングは、ベル美容外科クリニックが作った「再生プログラム美肌」効果は、シワ、たるみ、クマ、毛穴の開き、乾燥、ごわつき、オイリー肌、ニキビ等による炎症肌トラブルを改善へ。材料費が45%上がったことや、メーカーから22,000円以下に値段を下げないように指導も受けていますが、**今回マスク事情もあり特別企画にて残り10名様。**

★3回コース (合計45,000円) 1回分15,000円
 ★6回コース (合計72,000円) 1回分12,000円

最短で2週間に1回できます。続けることで美肌効果が上がります。有効期間1年間

**大人のためのきれいになる
紫外線対策UVクリームです。**

ぬるだけで
若返りホルモンが
増えて
ぬるだけで
コラーゲンも8倍に
増加させます。

V3プロテクションサンスクリーン
¥8,800(税込)

★V3 ファンデーションから人気シリーズができました。日焼け止めを塗るだけで若返りホルモンを増やし、コラーゲンを8倍増加させる、優れたUVクリームです。この機会にぜひお試しください。開発者藤木貴子

1個10%OFF 2個15%OFF 6月30日まで



地肌だって、老化します。
 そこで
地肌老化に立方向かう
植物エキス配合
 ↓
デミDOを使いましょう。
 くわしくは スタッフまで

★4月に新登場地肌ケアに着目したデミDO。あなたがご自分の髪と楽しく生きて行く思いを、心から支えるスカルプケア。あなたの目指す目標に内側から近づける高機能サプリメントもあります。日比野佐和子医学博士監修

1個10%OFF 2個15%OFF 6月30日まで

和菓子の目とは？



6月16日は「和菓子の日」です。

和菓子の日はいつから？なぜ制定されたのか

日本人に馴染み深い「和菓子」。実は、古くにおこなわれていた「嘉祥（かじょう）」という行事が由来となり、「和菓子の日」が制定されているのです。

和菓子の日には、「嘉祥菓子」が販売されたり、和菓子にちなんだイベントがおこなわれたりと、さまざまな形で和菓子を楽しめます。

和菓子の日とは？

6月16日は和菓子の日として、記念日に制定されています。一時衰退していた「嘉祥」という文化を復活させるため、1979年に全国和菓子協会が和菓子の日を制定しました。

和菓子の日には、この日にちなんだ嘉祥菓子が販売されたり、神社で「嘉祥」に基づいた祭りがおこなわれたりと、さまざまな催しが開催されています。

和菓子の日の由来・歴史

和菓子の日の由来は「嘉祥（かじょう）」という行事

かつて、日本国内で疫病が蔓延したことをうけ、仁明天皇は西暦848年（嘉祥元年）に元号を「承和」から「嘉祥」に改めました。「嘉祥」とは「めでたい」という意味を持つ漢字でできており、疫病を除け健康招福を祈誓して制定されたそうです。

嘉祥元年6月16日に16の数にちなんだ菓子を神前に供えたことから、菓子を食べ厄除けと招福を願う「嘉祥」という行事がおこなわれるようになりました。この「嘉祥」は江戸時代にも受け継がれ、大名・旗本に菓子を配る「嘉祥頂戴」、銭十六文で菓子や餅十六個を求め食べる「嘉祥喰」などの習慣が根付いたのです。

1979年に全国和菓子協会が「和菓子の日」を制定

明治以降、洋風文化の到来によって「嘉祥」の習慣は衰退してしまいます。

この衰退を受け、和菓子の良さを改めて伝えたいと考えた全国和菓子協会が、1979年に6月16日を「和菓子の日」として制定しました。「嘉祥」を現代によみがえらせたいという試みが、和菓子の日の由来となっているのです。

和菓子の日にはどんなイベントがおこなわれる？

神社でおこなわれるイベント

たとえば、東京赤坂にある日枝神社では、6月16日に「山王嘉祥祭（さんのうかじょうさい）」がおこなわれます。職人が作った和菓子が奉納されるなど、嘉祥の風習を受け継ぐ行事となっています。

また東京渋谷にある明治神宮でも、和菓子の日に和菓子の無料配布をおこなっています。

和菓子職人たちがその場で練り切りを作って参詣客に無料で配布してくれるとあって、毎年多くの人を訪れる人気のイベントです。

大阪の嘉祥菓子「笑わず餅」

大阪では嘉祥の儀式として、16種類のお餅やお菓子を「笑わずに食べる」という風習が伝わっていたそうです。

この風習を由来として、現在大阪では6月16日に「笑わず餅」を食べるというイベントが開催されています。

16種類の素材を使った餅を「笑わず餅」と命名し、さまざまな「笑わず餅」が販売されていることも特徴です。

梅雨の肌トラブルは「湿」に注意！むくみや肌荒れには「デトックス」ケアを

これから、本格的な梅雨シーズンの到来です。湿度が多くジメジメとした梅雨は、体や肌もストレスを感じやすく体調不良や肌トラブルを引き起こしやすい季節です。今回は、梅雨時期の肌トラブルを解消する方法をご紹介します。



梅雨の肌や体のトラブルは『湿』による水毒が関係している

梅雨は、湿度が高く、汗をかきにくい状態になるため体の中に水分を溜め込みやすくなります。

これを東洋医学では「水毒」と言います。

余分な水分が体に停滞する事により、水分代謝が悪くなり体がだるくなったり、むくみ、人によっては頭痛などを引き起こします。

また、代謝が悪くなる事により老廃物も蓄積されやすくなり、ニキビや肌荒れ、湿疹などの肌トラブルも引き起こしやすくなります。

<湿が溜まっているサイン>

- ・顔や体のむくみ
- ・肌や頭皮のべたつき
- ・ニキビ、肌荒れ、
- ・かゆみ、湿疹が出る
- ・抜け毛やフケが多い
- ・体が疲れやすい、だるい
- ・胃腸の調子が悪い
- ・食欲がない
- ・朝起きると舌に歯形の後がつく
- ・口の中が粘りやすい
- ・便に粘りがある

上記に当てはまる場合は、湿による水毒の影響が考えられます。

また、湿気が多いと肌もべたつきやすく肌の常在菌のバランスも乱れ、炎症やかゆみなどを引き起こしやすくなります。

この季節をトラブル知らずで乗り切るためには、肌を清潔に保ち、体に溜まった”湿”を取り除くデトックスケアがポイントになります。

梅雨のデトックスケアで、湿気に負けない体と肌作り

<梅雨時期のインナーケア>

- ・水分代謝を促す食材

湿からくる水毒を解消するには、水はけをよくする食材を摂取しましょう。

また、気の巡りをよくする食材を摂取するとさらに効果的です。

水分代謝を促す食材：ハト麦（お茶でもOK）、小豆（お茶でもOK）、切干大根、枝豆、きゅうり、春雨、冬瓜、とうもろこし（お茶でもOK）、白菜、ひじき、昆布など

気の巡りをよくする食材：ネギ、生姜、にんにく、みょうが、玉ねぎ、大葉、バジル、パセリ、ニラなど

- ・胃腸を養う食材

湿の影響を受けやすいのが胃腸です。ここが弱るとさらに水はけが悪くなりますので、

胃腸を補う食材も摂取しましょう。甘みのある野菜がおすすめです。

玄米、さつまいも、じゃがいも、やまいも、いんげんまめ、枝豆、とうもろこし、かぼちゃなど

- ・冷たいものや甘いものは控える

冷たいものは、胃腸の動きを低下させ水分代謝も悪くなります。

温かい食事を摂取するようにしましょう。また、砂糖など甘いものは、水分を引き寄せ停滞させますので控えましょう。

6月の運勢

梅雨の語源は、温度が高く霉（かび）が生えやすい時期で「霉雨（ばいう）」と言われたが「梅雨」に転じたとか、梅の実が熟す頃だからなどの説があります。



【牡羊座】
ラッキーカラー
こげ茶
ラッキーアイテム
ゲーム機

3/21~4/20生

周囲との価値観が違ってても、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。



【牡牛座】
ラッキーカラー
ピンク
ラッキーアイテム
観葉植物

4/21~5/21生

前向きにと意識すると苦しくなりそう。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。



【双子座】
ラッキーカラー
赤
ラッキーアイテム
トリートメント

5/22~6/21生

人当たりの良さに惹かれたと、言い寄ってくる異性がいるかも。関心のない異性であれば、断らないとズルズル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。



【蟹座】
ラッキーカラー
黄色
ラッキーアイテム
色鉛筆

6/22~7/22生

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。



【獅子座】
ラッキーカラー
水色
ラッキーアイテム
ポーチ

7/23~8/22生

普段なら平気なことも我慢できず、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ましょう。不要な紙を破ることで厄除けに。



【乙女座】
ラッキーカラー
オレンジ
ラッキーアイテム
腕時計

8/23~9/22生

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。



【天秤座】
ラッキーカラー
緑
ラッキーアイテム
貯金箱

9/23~10/23生

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が晴れます。



【蠍座】
ラッキーカラー
ネイビー
ラッキーアイテム
スポーツ用品

10/24~11/22生

自分勝手な行動を取って反感を買いそう。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。



【射手座】
ラッキーカラー
グレー
ラッキーアイテム
折り畳み傘

11/23~12/21生

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。



【山羊座】
ラッキーカラー
青
ラッキーアイテム
ペンダント

12/22~1/20生

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。



【水瓶座】
ラッキーカラー
紫
ラッキーアイテム
歯ブラシ

1/21~2/19生

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。けれど、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。



【魚座】
ラッキーカラー
白
ラッキーアイテム
靴下

2/20~3/20生

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。

レシピ

昔懐かしい味ナポリタン

ナポリタンといえば、喫茶店の味に仕上げたい！
パスタはゆでて冷やすのがモチモチ食感の秘訣です。
ホットプレートなので一度にたくさん作れます！



材料(2人分)

スパゲティー … 160g
塩 … 16g
オリーブ油 … 大さじ1
玉ネギ … 1/4個
ピーマン … 1個
ベーコン(ブロック) … 80g
塩コショウ … 少々
ケチャップ … 大さじ3~4
ウスターソース … 小さじ1
溶き卵 … 2個分
粉チーズ … 適量
パセリ(みじん切り) … 小さじ1
バター … 20g

下準備

- ✓ 玉ネギは縦薄切りにし、ピーマンはヘタを切り落とし、中の種とワタを取って薄い輪切りにする。ベーコンは幅5mmの棒状に切る。
- ✓ 鍋に分量外の湯2000mlを沸かして塩を加え、スパゲティーをゆでる。表示のゆで時間通りに茹でる。
- ✓ スパゲティーは冷水につけて冷やし、キッチンペーパーなどでよく水気を取り、オリーブ油をからめる。



作り方

- 1 ホットプレートにバターを中火で熱し、ベーコン、玉ネギを炒め、ピーマンも混ぜて炒め合わせる。
- 2 スパゲティーを加えて塩コショウをし、ケチャップ、ウスターソースで味を調える。
- 3 溶き卵を回し入れる。お好みの半熟加減になったらスイッチを切り、粉チーズ、パセリを振る。