

らんむ 蘭夢ニュース

第67号

蘭夢総合センターとお客様を結ぶ情報誌

編集・発行
株式会社河野メリクロン
蘭夢総合センター
〒779-3604 徳島県美馬市脇町大字北庄562-1
Tel. 0120-55-9614 Fax. 0120-55-9618
http://ranmu.jp

気持ち良い秋風にキンモクセイが香る季節となりました。
皆様いかがお過ごしですか？

読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋、また、お祭りの季節でもあります。
秋は心がワクワクする楽しみがたくさんありますね。また、稲刈りや農
作物の収穫など、冬に向け、しなければいけないことがたくさんあり、
お忙しい方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

秋分を過ぎますと日中は過ごしやすい気候で気持ち良いのですが、
朝晩は肌寒いですね。薄手の上着などを 1 枚、いつでもさっと着られる
ように準備をしておくといいですね。季節の変わり目は体調も崩しやす
くなりますので、油断なさないようにお気を付け下さい。

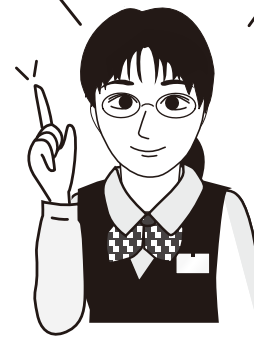
秋は抜け毛が多くなる季節でもあります。秋に抜け毛が多くなるの
は動物の毛が夏毛から冬毛に生え変わるのと同じように、人間にも
その名残が遺伝子の中に残っているから、という説があるそうです。
とはいえ、どの季節もヘアケアはとても大切。シャンプーで頭皮を清潔
にして、育毛剤蘭夢を付けてください。頭皮の血行を良くして育毛剤
の栄養を届けるためにも、気持ち良い押し技マッサージを続けてくだ
さいね。

知っていますか？ 髪のこと。

- 第 50 回 -

フケを放置しておくとうなる？

お答えします！



【回答】

毛髪診断士
原田 礼子

フケは頭皮の角質が剥がれ落ちたもので通常肉眼ではわかりませんから、
フケが見えるという事は頭皮にトラブルが起きているということです。
湿ったかたまりのフケは頭皮に皮脂や汚れが残っているために常在細
菌が増殖したり、紫外線の影響を受けてできた化学物質によって頭皮
に炎症が起きていると考えられます。

放置しておくとかげ毛が増えヘアサイクルが乱れて薄毛に繋がります。
予防するには頭皮を清潔に保つための洗髪が大切です。

乾いたフケは洗いすぎによる頭皮の乾燥の可能性があります。

その場合は洗髪の回数やシャンプー剤の量を減らしたり、
保湿効果のある育毛剤蘭夢をお使いいただくのが効果的です。

頭皮の状態にあった洗髪でフケを防ぎ、育毛剤蘭夢を
使って美しい髪を保ちましょう。



Q&A のコーナー

皆さまからいただきましたご質問に
お答えさせていただきます。



Q. 健康な髪を保つための食べ物は？

A

髪の成長には栄養バランスの良い食生活が大切です。

髪の毛を生成するために特に重要なのが「タンパク質」「ビタミン」「亜鉛」「鉄分」です。

タンパク質は主に、しらす干し、焼きふ、凍り豆腐、きな粉、かつおぶし、するめ、ビーフジャーキー、
焼きのり、落花生、干しいたけ、枝豆、抹茶、ココア、干しぶどうなどに多く含まれます。
ビタミン B2・B6・E・C は主にレバー、青魚、卵、大豆、乳製品、うなぎ、肉類、さけ、まぐろ、
バナナ、ナッツ、ごま、赤黄ピーマン、ゆず、パセリ、レモンなどに多く含まれます。

亜鉛は主に、牡蠣、牛肉（肩）、豚肉（レバー）、たらこ、卵、かに、あわびなどに多く含まれます。

鉄分は主にレバー、パセリ、はまぐりの佃煮、豆味噌などに多く含まれます。

バランスの良い食事をして健康な髪を保ってくださいね。

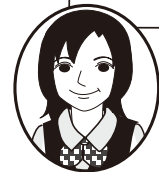


お便り紹介

皆様からお寄せいただきました
お便りをご紹介します。

大阪府にお住まいのお客様よりおハガキをいただきました。

今年の1月より使い始めて7ヶ月が過ぎました。朝昼晩かかえず「マッサージ」をしています。息子が云うんですお母さん前髪なんか付けてる？って。自毛だて云ってやった！それほど効果が表われている愛用者の便りの紹介を読んで、わかるわかる！と人気が沸いています。



桜間 晴子

蘭夢をご愛用頂きありがとうございます。

息子様のおっしゃった本音は効果の証ですね。

お客様からの貴重なお便りをご紹介しますことでご愛用者皆様の励みや目標に繋がるのでしたら幸いです。

今月の誕生花

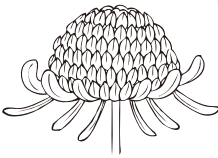
10 月の誕生花

「菊」

花言葉

「高貴」

「高潔」「誠実」



時期

9～11月

豆知識

春の桜に対して日本の秋を象徴する花として、鎌倉時代から鑑賞されています。皇室の家紋や50円硬貨の表面にも使われています。

素敵な商品が毎月抽選で当たる！プレゼントコーナー！

当たってうれしい！

今月のプレゼント



手作りのやさしい味

鳴門金時干しイモ (150g) &

栗尾商店 和風スイーツぽてと和三盆 (3個入)

サツマイモがおいしい季節です。

とっても甘いサツマイモ「鳴門金時」は

徳島県の特産品！蘭夢センターのスタッフ

『いち押し』の「鳴門金時」を使ったお菓子を

召しあがっていただきたくて、今月のプレゼント

にしました。ぜひ、ご応募ください！！

抽選で30名様に

プレゼント



阿波弁

-vol. 33-

講座

● 今月の阿波弁 ●

「まいまいする」

意味

てんてこ舞いする

使い方

祭りの準備でまいまいするわ～
(お祭りの準備で忙しくててんてこ舞いする)

何となく様子が浮かぶのではないのでしょうか。
忙しい毎日をまいまいしもって頑張りましょう。

蘭夢センター
からのお知らせ

お送りする封筒に「蘭夢」などの文字の入った PR 文章を記載する場合がございます。
これらの文字が入っていない封筒でのお届けをご希望の場合は、ご遠慮なくお申し付けください。

ご連絡先 フリーコール 0120-55-9614

官製ハガキでご応募ください

52

779-3690

10月
プレゼント
係

(株) 河野
メロクロン
蘭夢
ニュース

- ①お名前
- ②郵便番号
- ③ご住所
- ④お電話番号
- ⑤ご意見・ご感想
など
一言お願いします。

<オモテ面>

<ウラ面>

※郵便番号をご記入いただくだけで住所はなくても届きます。

《応募のめくり》

平成 27 年 10 月 31 日 (土) 消印有効

※当選者は、発送をもって発表にかえさせていただきます。

皆様からのたくさんのご応募をお待ちしております。

編集後記



バランスの良い食事と運動で健康な体づくり
に取り組むにもいい時期ですね。 桜間晴子



どんぐりを子供たちが拾ってきて
「トトロこないかな・・・」と並べています。
原田礼子



秋は過ごしやすく大好きです。家の裏の山の
紅葉が今から楽しみです。 中野さやか



過ごしやすい季節になってきましたね。
紅葉に読書。食べ物も美味しいですね。大窪史子



今年漬けた梅酒がそろそろ飲み頃！昨年漬けた
物と飲み比べが楽しみです。 土井理香



近くに神社があるので今年も秋祭りに参加し
たいと思います。 本岡幸恵

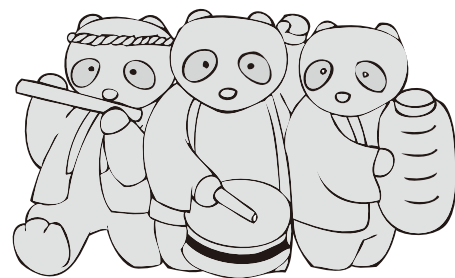


爽やかな秋は過ごしやすいですね。
稲穂を見ると美味しい新米が楽しみです。 藤井心



柿が好きな愛犬は1個を余裕でペロリ。
特に熟しきった柿は好物です。 猪口智美

※よしの川ブルーラインは JR 四国 徳島線の愛称です。



徳島途中下車

よしの川ブルーライン編

鴨島駅

← かもじまえき →

「鴨島駅」は、全特急列車が停車する徳島線の主要駅です。昭和 12 年に読み方が「かもしま」から「かもじま」に変わりました。

「鴨島駅」より徒歩約 10 分のところに、「江川・鴨島公園」があります。春になると、公園一帯に桜が咲き乱れ、夏は名水江川の冷たい水に暑さを忘れさせられます。

「江川にまつわる 5 つの昔話」を公園内で紹介していて、カップやたぬきの石像が出迎えてくれます。

又、毎年 10 月下旬から 11 月上旬に掛けて、吉野川市役所では四国で唯一の菊人形・菊花展が開催されます。NHK 大河ドラマの主人公をテーマとした菊人形や美しい菊の花が展示されています。