

素敵なお品が毎月当たる！ プレゼントコーナー！

今月のプレゼント



抽選で
30名様

徳島県名産すだち
(1箱)

果汁は焼き魚や冷や奴にかけたり、果皮はすりおろしてお吸い物等に入れるとすだちのさわやかな香りをお楽しみいただけます。焼酎に入れるのもオススメです。また、すだちにはクエン酸が豊富に含まれていますので疲労回復にも役立ちます。ぜひ徳島の名産、すだちをお召しあがりください。

応募方法

官製ハガキでご応募ください

☐	779-3690	①お名前
8月号プレゼント係	蘭夢ニュース	②郵便番号
	(株)河野メリクロン	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。

応募のメ切り
平成28年8月31日(水) 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



三笠君代

徳島は夏といえば阿波踊り…太鼓の音を聞くと楽しい気持ちになります。



井堀久子

8月と言えば花火大会。とても綺麗で花火の音を聞くと気分が高揚します。



大上麻美

最近出番の多いそうめん。キムチをのせて食べるのがお気に入りです。



森脇千晴

愛犬のセルは、この暑さにまわっているようです。熱中症にならないか心配です。



土井理香

食欲の無い朝には、スムージーを飲んでます。この夏はゴーヤスムージーに挑戦しようかな。



吉本 愛

徳島特産のすだちをめんつゆに絞ったそうめんは、暑くて食欲がない時でも食べられます♪



西條加奈子

健康のためウォーキングをしています。紫外線対策をしっかりとして続けたいと思います。



蘭夢振り
鏡と向き合う
楽しさよ！

東京都の金田様よりいただきました。

今月の川柳

鏡に向かってウキウキした様子で蘭夢を使われている光景が目に見えます。今後共、楽しくながら蘭夢を末永くご愛用下さいませ。

井堀久子

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、ご遠慮なくお申しつけください。
フリーコール 0120-55-9614

2016年(平成28年)8月号

vol.77

らんむ 蘭夢ニュース

vol.77

編集・発行
株式会社河野メリクロン 蘭夢総合センター
編集責任者／森脇 千晴・土井 理香
〒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://www.ranmu.jp/>

暑さ厳しい今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。夏祭りや花火、バーベキューに海水浴など、夏の楽しみを満喫されていますか。

今年は記録的な暑さが続いていますね。室内と外気の温度差に体がついていかずだるさや食欲不振で体力が低下していませんか。この暑さに負けないようにしっかり食べて体力を維持したいですね。

当社にはあんみつホールという従業員が集う休憩場所があり、楽しそうな笑い声がいつも響いています。そこでは、従業員が無農薬で育てた旬の採れたて野菜をサラダで食べることができます。ドレッシングは当社オリジナル商品の『あんみつ姫のドレッシング』です。ゴマ、和風、ポン酢の3種類があります。また、その3種類を混ぜ合わせて自分だけのオリジナルドレッシングを作ることにも出来ます。新鮮な野菜にオリジナルドレッシング、この贅沢サラダがお昼休みの楽しみです。

夏野菜には、体に必要なビタミンやミネラルが多く含まれていますので体調を整えてくれますよ。豚肉やウナギなどのスタミナのつく食材も夏バテ防止に役立ちますので好き嫌いせず、いろいろな食材を組み合わせたメニューでこの猛暑を乗り切りましょう。



「継続こそ力なり」たっぷりのご使用で効果倍増のお声続出!!

知っていますか?

毛髪診断士がお答えします。



第59回

冷たい飲み物と薄毛の関係

汗をかいた後は冷たい飲み物が飲みたくなります。よく冷えた飲み物は美味しいですよね。髪と関係ないと思われがちですが、冷たい飲み物は髪に影響が出ることもあるんです。汗をかくほど暑いのは、皮膚や筋肉が温まっているからです。体の中は、冷やさなくてはいけないほど熱くなることはほとんどありません。冷たい飲み物を多く摂ると体は内臓を冷やさずに全身の血液を腹部に集めようとします。そうすると頭部や手足に十分な血液が届かなくなります。この状態が続くと慢性的な血流不足の状態になり、頭皮の血行不良が起こります。その結果、髪に必要な栄養を運ぶことができなくなり、薄毛のリスクを高めてしまいますので冷たい飲み物は控えめにしてくださいね。

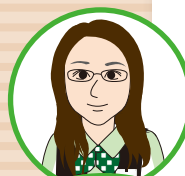
回答

毛髪診断士
西條 加奈子



📧 お便り紹介

こちらからは温度も上がり、暑い日が続き、頭皮にも負担がくる時期がやってきました。蘭夢をもっとしっかりと手入れしたいと思っています。



スタッフ
大上 麻美

暑い日が続いていますね。この時期にきちんと紫外線対策をするかどうかは秋の抜け毛の量や頭皮環境に大きく影響します。日傘や帽子で頭皮を守ってくださいね。合わせて熱中症にもご注意ください。 大上麻美

埼玉県の下田様より
おハガキをいただきました。

✧ 蘭夢日記 ✧



作: KANA

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 使い始めた頃は効果があったのに、最近効果を感じません。どうして?

A 時々このようなご質問をいただきます。成長途中の髪にはハリやコシが出たり、抜け毛が少なくなるなどの目に見える効果が見られます。しかし成長が終わり、抜ける準備に入ってしまった髪が多くなると目に見える効果は感じにくいです。というのも、これから育ってくる髪に栄養を与えている状態になっているからです。この時期に、蘭夢の使用をやめてしまうとせっかく生えてこようとしている髪に十分な栄養が行き届かなくなってしまいます。次に生えてくる髪のために、ここで諦めず気長にお使いくださいね。

募集 みなさまからの川柳やお便り、ご意見・ご感想、ご質問などなど、お待ちしております♪ みなさまからお寄せいただいたお便り、メッセージは、蘭夢ニュースに掲載させていただく場合がございます。

阿波弁
講座 vol.43

今月の阿波弁

「～しない」

意味: ～しなさい

阿波弁

はよ宿題しない



はやく宿題しなさい

標準語