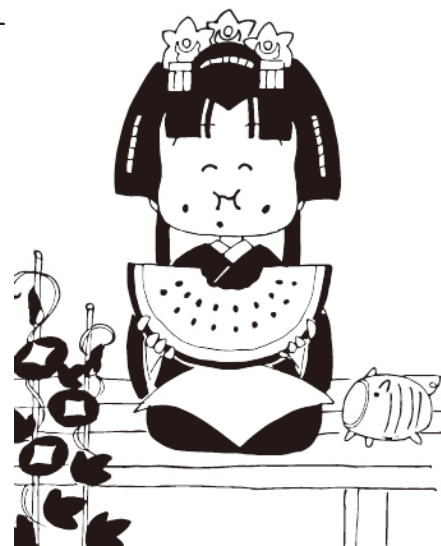


晴れ渡った青空の下、厳しい暑さが続いておりますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。今年は全国各地で夏まつりや花火大会が行われ、賑わいが戻ってきましたね。すでにご家族やお友達と夏の風物詩を楽しまれた方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

弊社がある徳島県では8月12日から15日までの4日間、阿波踊りが開催されます。阿波踊りは徳島県を代表する伝統芸能として400年以上の歴史があります。お囃子^{はやし}の軽快なリズムに合わせて、高く上げた腕を交互に前に出す阿波踊りの基本動作が、肩こりや運動不足の解消に良いとされています。上手い下手^{うま へた}はさておき、阿波踊りは楽しむことが大切です。阿波踊りを観に来た観光客の方が見よう見真似で踊ることもあります。皆さまもぜひ、本場徳島の阿波踊りを観に来てください。

夏まただ中、まだまだ厳しい暑さが続きます。熱中症には気を付けて残り少ない夏を楽しんでくださいね。



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. シャンプーはいつするのがいいの？

A. シャンプーは夜にされるのがおすすめです。日中、活動をして髪や頭皮は汗や皮脂、ホコリが付いて汚れています。そのまま寝てしまうと匂いやかゆみ、炎症の原因になります。また成長ホルモンは夜の10時から夜中2時の間に活発に分泌されるので、この時間帯は頭皮環境の良い状態で過ごされるのがおすすめです。洗髪により皮脂はいったん洗い流されますが、夜寝ている間にほどよく分泌され、適度な皮脂が頭皮のバリアとなり、日中の刺激から頭皮を守ってくれます。

通販総合センターお休みのお知らせ

8月23日(水)は社内研修のため、終日電話対応業務をお休みさせていただきます。皆さまには大変ご迷惑をおかけ致しますが、よろしくお願い申し上げます。



阿波弁

講座

今日の阿波弁

「ほなけん」

意味 だから

使い方

阿波弁…明日は朝から出掛けるんよ。

ほなけん、早起きせないかのよ。

標準語…明日は朝から出掛けるよ。

だから、早起きしないといけないのよ。



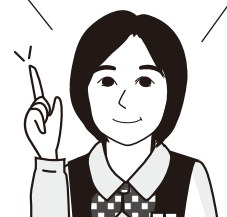
募集 みなさまからの川柳やお便りなどお待ちしております♪みなさまからお寄せいただいたお便りは、いただいたお便りは、蘭夢ニュースに掲載させていただく場合がございます。

知っていますか? 髪のこと。

ダイエットが髪に与える影響

回答
毛髪診断士 田中ゆかり

お答えします!



食事量を極端に減らすといったダイエットは、髪の毛や頭皮にも影響をおよぼすことがあります。栄養バランスが偏ったり、不足して毛根に運ばれる栄養も少なくなるため髪が痩せたり、抜け毛が増えてきて薄毛になる場合があります。

また、食べたい気持ちを我慢することがストレスになり、髪の毛の成長を妨げることもあります。食事は栄養バランスを考えて摂り、適度な運動を取り入れることが、理想の体型を保ったり、髪や頭皮の健康にも繋がります。健康的な生活習慣を心掛けましょう。

お便り紹介

徳島県にお住いのK.Y様よりおハガキをいただきました

以前は髪が少なくて細くベタツとしていたのが、蘭夢を使い始めて今では髪が太くボリュームが出て髪スタイルもバッチリです。
朝 鏡を見るのが楽しみです。

日頃より蘭夢をご使用頂きありがとうございます。
「継続は力なり」のもと、嬉しい効果が出てきているようですので、これからもぜひ蘭夢をお役立て頂きヘアスタイルをお楽しみくださいませ。



枋谷 玲奈

編集後記

編集
発行

株式会社河野メリクロン
通販総合センター



田中 ゆかり

夏を元気に乗り切るために冷たいものはなるべく控えたいと思います。



枋谷 玲奈

涼しい時間帯にウォーキングをして暑さに負けない身体づくりをしていきたいです。



坂野 有紀

今年の夏は熱中症対策をしっかりと子供たちとたくさん思い出を作ろうと思います!



伊澤 智子

この暑さで夏バテ気味。そうめんとミニトマトばかり食べています…。

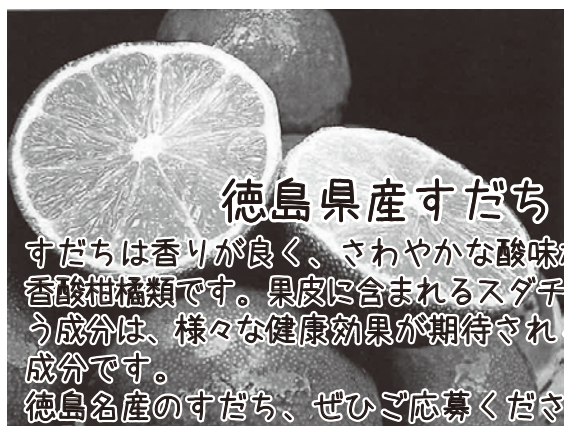


町田 早苗

お風呂上がりのアイスがやめられません。最近ではヨーグルト味のアイスにはまっています。

今月のプレゼント

抽選で
30名様



徳島県産すだち (500g)

すだちは香りが良く、さわやかな酸味が特徴の香酸柑橘類です。果皮に含まれるスダチチンという成分は、様々な健康効果が期待される注目の成分です。

徳島名産のすだち、ぜひご応募ください。

郵便ハガキで
ご応募ください



779-3690

株式会社河野メリクロン
蘭夢ニュース8月号
プレゼント係

- ①お名前
- ②郵便番号
- ③ご住所
- ④電話番号
- ⑤ご意見
感想を一言

郵便番号と宛名だけで届きます!

応募〆切り:2023年9月10日(日)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。
みなさまからのたくさんのご応募をお待ちしております。

楽天ショップ開設のお知らせ

河野メリクロンの楽天ショップ「R beauty-labo」
(アール・ビューティー・ラボ) がオープンしました。
化粧品、洗顔せっけん、ジュースなどを出品していますのでぜひ覗いてみてくださいね。

<https://www.rakuten.co.jp/r-beauty-labo/>

ご注文やお問い合わせは、こちらまでお願いいたします。

フリーコール: 0120-55-9614

受付時間: 午前8時30分から午後7時