価格改定のお知らせ

いつもご愛顧いただき、誠にありがとうございます。
現在、当店でご提供させていただいておりますフェイシャルメニューにつきましては、なんとか価格を据え置いてまいりましたが、思った以上の原材料費の高騰に、現行価格の維持が厳しい状況に至りました。

つきましては、誠に不本意ではございますが、今後も高品質なサービスの提供を継続していくため、**すべてのフェイシャルメニューの価格を2023 年11月１日より改定**をさせていただきたいと存じます。

すべてのフェイシャルメニューをそれぞれ600円（税込）値上げさせていただく予定です。詳細は同封別紙をご覧くださいませ。脱毛・ルナシェイプに関しましては、今まで通り据え置きとさせていただきます。

長年のお得意様に、こうしたお知らせをしなければならないのは、本当に申し訳ない気持ちでいっぱいですが、なにとぞ事情をご賢察のうえ、11月1日からの値上げをご了承くださいますようお願い申し上げます。

BAGUS

一度知ってしまえば、とっても重宝する情報です

入浴のすすめ

夏の終わりから秋にかけておこる不調「秋バテ」は、夏の疲れや自立神経の乱れが原因です。解消するためには３６～４１度のお風呂に１５分以上ゆっくり浸かりましょう。血流を良くしてくれる入浴剤などを使うと、さらに効果的です。
お風呂にゆっくり入って自律神経を整え、ぐっすり眠ることが大切です。

みんなでチャレンジ♥

心理テスト

Q ライオンの檻があります。それぞれの位置に当てはまる人は誰ですか？

A ライオンに乗っている人
B 檻の中にいる人
C 周りで見ている人

A 思い浮かんだ人をあなたがどう思っているかが解ります。

A その人を「尊敬」しています。
B その人を「嫌いだ」と思っています。
C その人には興味がありません。

一度知ってしまえば、とっても重宝する情報です

美容情報

秋のケア次第で・・・

夏に浴びた紫外線ダメージ、秋のケア次第で、シミにならないってご存じですか？
この時期に必要なケアをご紹介します

●なぜ秋がチャンスなの？

とても過ごしやすい気候になる秋。気温も下がり、また食欲の秋ともいわれるほど、おいしい食べ物がたくさんです。食欲もアップし、過ごしやすくなるこの時期は、1年の中でも、お肌の新陳代謝が一番高まる時です。そんなお肌の生まれ変わりが活発な時期は、夏の間に溜まったメラニンの排出力も高まっています。だからチャンスなんです。
シミはメラニンのかたまり。排出されずにとどまったものがシミとなります。だからこそ、秋の時期にどれくらい新陳代謝を良くするケアができるかが重要なんです。

●角質ケアの大切さ

この時期に必要なのは、古い角質、不要な角質をまず落とすことです。
なぜなら、古い角質が溜まったままだと、せっかくの美容成分や保湿成分が浸透しにくいからです。お肌の生まれ変わりを促進しようとスキンケアを頑張っても結果が出にくい状態になります。
この時期の私たちのお肌は、夏の間の紫外線ダメージから肌細胞を守るため、角質を厚くしています。
角質が溜まっていると美容成分や保湿成分の浸透が悪くなるだけでなく、お肌を乾燥させてしまいます。
ですので、まず、洗顔は、いつも以上に、丁寧にすこし時間をかけて、古い角質を落としてあげる必要があります。
そうすると、必要な水分・栄養分の浸透が良くなり、お肌の生まれ変わりが促進され、メラニンの排泄もスムーズにできるようになります。

●メラニンの集中ケア

角質ケアをしたら、お肌に溜まったメラニンの排泄を促進する美白集中ケアをしましょう。ビタミンCやナイアシンアミドを配合している美容液がオススメです。
サロンケアでは、お肌のターンオーバーを促進してメラニンの排泄を促進するリセルがオススメです。

【つま先歩きで脚やせ効果♪】

●子供の頃、よくやっていた「つま先歩き」。
実は、足首からお尻の下部までの広範囲に効くエクササイズで、美脚に効果があります。
また、ふくらはぎが鍛えられることで血液の循環も良くなり、燃焼効果がアップします。つま先歩きを続けることで、下半身のスタイルアップとダイエット効果にも期待できますよ♪

①背筋を伸ばして真っ直ぐ立ちます。
②つま先立ちになり、腹筋に力を入れてお尻を絞め、姿勢を安定させます。
③つま先立ちのまま右足を一歩前へ、次に左足を前に出します。
④姿勢が崩れていないかを意識しながら歩きます。

長時間のつま先歩きは
足首や筋肉を痛める原因
になることがありますので、
日常生活に少しずつ
取り入れるのがおすすめです。
1日5分、気づいた時に
できるつま先歩きで
美脚を目指しましょう！