

あなたに出会えて HAPPY  
 きはらに来てよかった(HAPPY)  
 そんなお店を目指しています。

美・サロン きはら からの お便りです

美・サロン **きはら**

# ALL HAPPY



<http://bi-salon-kihara.com/>



【住所】飯塚市枝国 501-10 2階  
 (イオン穂波店前)

【電話番号】0948-29-0648

【営業時間】10:00 ~ 19:00

【定休日】毎週 日曜日・祝日

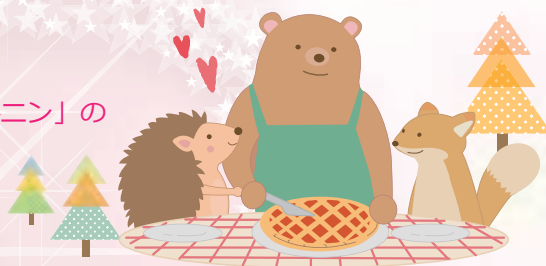
## 私のつぶやき

## 食欲の秋

食欲の秋、読書の秋、実りの秋、芸術の秋、スポーツの秋…。「〇〇の秋」にはいろいろなものがありますよね。  
 秋は気候も過ごしやすくなって、食べ物もおいしい季節です!!

では、なぜ秋に食欲が増すのでしょうか? **調べてみたら**

- 日照時間が短くなると、心身の安定につながる脳内の「セロトニン」の分泌が減り、それを補うためにたくさん食べなくなる。
- 気温が下がると基礎代謝が上がるため、寒い冬に備えてカロリーを蓄えておこうとする。



セロトニンとは“幸せホルモン”とも呼ばれ、心のバランスを整えてくれる脳内物質のひとつで、心と身体を安定させ、幸せを感じやすくする働きを持つと言われています。

しかもアンチエイジングの効果もあるそうです。いつも召し上がってもらっているエステ後の社長の手作りオヤツにもセロトニンをいっぱい分泌する働きがあるのかも? 😊

そこで **11月**は毎年恒例ですが、**手作りオヤツの総選挙**を行います。

「あれが一番好き!!!」「あれがまた食べた〜い!!!」というオヤツを総選挙の結果上位4位を12月にお出ししますので、どうぞお楽しみに 😊❤️❤️❤️❤️❤️

店長 木原 公江

## 美・サロン きはら カレンダー

### 🏠 11月・12月のおやつメニュー

(変更になる場合があります。)

- 11/1 ~ キャラメルパウンドケーキ ☆
- 11/7 ~ りんごヨーグルトケーキ 🍎
- 11/14 ~ 豆乳プリン 🍮
- 11/21 ~ かぼちゃのプリン風ケーキ 🍠
- 11/28 ~ 抹茶のクッキー 🍪

12月のおやつメニューは  
**「おやつ総選挙」**  
 で決定します。



11月のイベントは  
**14日~19日**です。  
 12月のイベントは  
**19日~24日**の予定です。



次回のご来店を心よりお待ちしております。

11月 (Nov.) 2022							12月 (Dec.) 2022						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	③	4	5			1	2	3		
⑥	7	8	9	10	11	12	④	5	6	7	8	9	10
⑬	14	15	16	17	18	19	⑪	12	13	14	15	16	17
⑳	21	22	㉓	24	25	26	⑱	19	20	21	22	23	24
㉗	28	29	30				㉕	26	27	28	29	30	㉓

## 🍁 10月 🍁 誕生日の会員様

- 11月3日 A.美代子様
- 11月24日 K.真理子様
- M.みどり様

Happy Birthday



# 美・サロン きはら

スタッフの部屋

当店のスタッフ紹介コーナーです。毎号テーマを変えてスタッフが一言ずつ、つぶやいています。お楽しみにして頂ければ幸いです。

今回のテーマは **秋の味覚と言えば…** です。



## ● 店長 木原 公江

私は秋の味覚と言えば柿が大好きです  
特にジュークジュークに熟した柿がサイコ〜  
でも何年か前に調子に乗って一度に5〜6個食べて、  
その後に便秘で大変な事になりました  
皆様、柿の食べ過ぎには注意してくださいね



## ● チーフ 美川 清美 (田川店)

秋の味覚と言えば、私は栗です  
栗ご飯、渋皮煮、スイーツ…  
色々楽しんで好きです  
鬼皮を剥きながら心が折れそうになり、  
来年はやめとこうと思うけど、やっぱり  
秋になると食べたくなります !!



## ● 合代 愛梨

32歳になり、初めて秋刀魚が美味しいと気が  
きました 大人になって美味しく感じるもの  
てありますよね !!  
今年が高いと言われる秋刀魚ですが、せっか  
くなので今年はずっとたくさん食べたいと思  
います



## ● 岡本 優奈 (田川店)

私はばあちゃんの作る松茸ご飯が  
好きです  
「作ったので取りおいで」と連絡きたら  
秋なんだなーと感じます  
風味も味も最高です



## ● 塩谷 洋子

秋刀魚、クリ、サツマイモ…沢山あり  
すぎて 子供の頃、近所の駄菓子屋の  
おばあちゃんが釜みたいなので豆炭で  
芋を焼いて作った焼き芋が美味しくて  
忘れられない幻の焼き芋です



## お店からのお知らせ

【腕・足兼用】 外側：コットン 内側：シルク  
「アーム&レッグウォーマー」

人気  
No.1

奈良のニット工場で、一つ一つ心を込めて作られているアーム&レッグウォーマー。作り手の想いが詰まったやさしさ溢れるウォーマーです。

秋は、夏の疲れで体が **急に感じやすい季節**です。その答えは…  
「**体の冷えが原因**」 通勤や通学、オフィスなどで「寒い」と感じて  
いませんか?この、寒暖差を繰り返すことが自律神経のバランスを  
崩して怠さの原因になります。 **体を冷やさないことが**

**美容と冷えの関係** 美容と健康のために大切 !!

美容と冷えの関係は密接です。冷えにより血液の流れが滞ると、  
内臓の働きも低下して身体に **老廃物がたまりやすくなります**。  
結果、「**顔のむくみや、くすみ**」が生じやすく、**顔色が冴えない**なんて  
ことも。肌の **ターンオーバーが鈍くなる**ことから、「乾燥肌、シミ、  
シワ」などの肌トラブルも起こしやすくなります。

今日のワンちゃん

サンくん  
男の子 11歳  
飯塚市 和代さん  
食べるのが大好き  
とくにサツマイモが大好きです

## 美サロンきはらの コロナウイルス対策

ジアグリーンプランシェ・エアドッグ設置で  
お客様・スタッフを  
新型コロナウイルスから守ります。

**スタッフの毎朝の検温、マスクの着用と  
手洗いの徹底、定期的にエステ機器、  
ドアノブ等の消毒、換気**

除菌された安全な空間を作り出す  
「除菌消臭システム」  
**ジアグリーンプランシェ**  
飯塚店は  
**2台設置**

☆「弱酸性」より手肌に優しく、  
より安全な「微酸性」タイプの  
除菌消臭システム。  
☆☆床や壁、ドアノブ etc...  
に付いたウイルスにも効果的。  
☆専門機関の各種エビデンスを取得。

世界最高レベルの高性能空気清浄機  
**Airdog (エアドッグ)**

☆医療従事者が選ぶ  
空気清浄機 No.1  
☆全国 4,500 箇所  
以上の医療施設導入。  
☆ウイルスの  
6分の1 (0.0146μm)  
の微粒子を除去。

ニットはひょうめんがやさしい肌触り  
普段ニットの肌に触れる部分は裏側。  
でも本当に気持ちいいのは表側  
ニットの表面が肌に触れる本商品は  
一度使ったらやみつきに !!

内側シルクがしっとりやさしい  
シルクが肌に触れるしっとり  
優しい肌触りは心もやさしい  
気持ちにしてくれる。



心地いい締め付け感  
二重の仕上げでもストレスに  
ならない締め付け感が特徴。  
お仕事やリラックスタイムに  
最適です。

【選べる 2 タイプ × 3 色】

- レギュラー (26cm) ¥ 2,200 (税抜)
- ロング (42cm) ¥ 3,000 (税抜)

カラー ・チャコール  
・グレー  
・ライトベージュ

大切な人への  
プレゼントへも最適