

料金後納
郵便

D-R

News Letter Vol.98

2018.12



〒939-8072 富山市堀川町71

☎ 0120-74-2588

☎ 076-494-2588

受付
時間

平日/9:30~17:00
土・日・祝/9:00~17:00
カラー・パーマ/16:30まで

Close

毎週月曜日
第3日曜日

facebook



Instagram



●毎月第2木曜日は研修会のため、14時までの営業となります。【受付】カラー・パーマ/12:00まで カット/13:00まで

☆D-Rスタッフのアレコレ☆

～ サンタさんにプレゼントしてほしいもの～

★約16年間、サンタさんをしています。子供達も大きくなり、そろそろ私のところにもサンタさん来てくれたらいいな!!

今サンタさんにお願いしたいものは、車です。長男が赤ちゃんの時からずっと乗り続けている今の車はとっても気に入っているのですが、その車は大切にとっておいて、最近人気のSUV車が欲しいです。できればポルシェの… 😊
サンタさんお願い!!



スタイリスト
永井

★毎年サンタさんになるばかりで、私のところにはサンタさんが来てくれません 😞もしサンタさんが来てくれるのなら、私は駅前のマンションが欲しいです ♡
海の方に住んでると何かと不便なので街中に住んでみたいなーと思います。

飲みに行っても歩いて帰れるし、雪がひどくなくても市電で動けるし、部屋から新幹線が見えたら子供も喜ぶし 😊
そんな生活に憧れるから、サンタさん私の所に来て～ ♡



スタイリスト
富山

心理テスト

お気に入りの服がそろそろ古くなってきたときあなたならどうする?

- A そのまま箆笥にいれとく
- B やぶれるまで着る
- C 寄付する
- D すく捨てる

恋人との付き合いがつまらなくなったときのあなたがわかる!

- A ずるずる付き合いが自然消滅するタイプ
- B なんとなく流れに任せるタイプ
- C 少しでもおもしろくなるように工夫するタイプ
- D 熱しやすく冷めやすいタイプ

出典/ <https://matome.naver.jp/odai/>

『年末年始のお知らせ』

12/31(月) } お正月休み
1/3(木)

1/4(金) ... 通常営業 AM 9:30~

1/13(日) ... 成人式の為、AM 9:30~
午前中みの営業となります。

1/20(日) } 定休日
1/22(火)

12月は混みあう事が予想されます。早目の御来店と御予約をお願い致します。





紫外線や乾燥などのダメージから守る美容成分を贅沢配合。使うごとにふっくらとした丈夫なお肌を育みます。

トリプルEGF、ツバメの巣、ゴールドンシルク、吟醸エキスなど

もはや美容液、

細胞活性化化粧水

Price

120ml 7,000円
(税別)

和風コーストチキン



ゆずやみりんのたれは、漬けて香りよく、照りよく



- ①鶏肉は味がしみやすいようにフォークで数カ所刺す。
- ②ビニール袋に①を入れ、Aを加えてもみ込み、冷蔵庫で2時間～半日漬けておく。
- ③魚焼きグリルで2分の予熱後、皮面を下にして強火で4～5分焼き、ひっくり返して4分焼き、アルミホイルをかぶせて3～4分焼く。(両面グリルの場合は30秒の余熱後、4～5分焼き、アルミホイルをかぶせて5～6分焼く)
- ④切り分けて器に盛りつけ、あればクレソンを添え、ゆずの皮をちらす。

材料 (2人分)

鶏もも肉	1枚
クレソン	適量
ゆず	少々
(皮・せん切り)	
たれ	
しょうゆ	大さじ2
みりん	大さじ1
はちみつ	大さじ1/2
ゆず	1/4個分
(大/皮・せん切り)	

調理時間15分 ◆ エネルギー310kcal 塩分2.5g

※エネルギー・塩分は1人分です。
※調理時間に余熱調理時間は含まれません。

出典/kikkoman ホームクッキング

美容情報

Cosmetics information

サポーターでふくらはぎを温める

高血圧・むくみ・免疫力・歪み・肩コリにおすすめです★

- 効果1** 足の血流がよくなることで、血圧が正常に。
- 効果2** 下半身に溜まったリンパの巡りがよくなり、慢性的なむくみが改善。小顔効果も。
- 効果3** むくみが取れて足がすっきり。象足から脱却できる。

ふくらはぎの温め方

市販のサポーターやレッグウォーマーなどでふくらはぎ全体を覆うだけ!!



サポーターやレッグウォーマーをつけたまま、かかとの上げ下げで効果UP!!



ふくらはぎを温めるだけで全身の血流が改善!!

- ふくらはぎは「第2の心臓」と呼ばれるほどカラダの中で重要な場所。これは、ふくらはぎが心臓から足先に向かって運ばれてきた血液を、筋肉を使ってポンプのようにして押し戻す働きを担っているからです。
- ふくらはぎが冷えてしまうと、全身の血行が悪くなります。
- 血行やリンパの巡りを良くするためにも温めたり、動かしたりしてみましょう★