



imagine communication

no.360

JAN

2 0 2 5



新年おめでとございます

今年2025年、37年目のIMAGINEのテーマは「艶髪」

カラー剤・パーマ剤・カット技法、等々
「艶髪」に欠かせないモノ

それは・・・

- 厳選した薬剤を使用する事
- 髪質に合わせた最良の方法で施術する事
- キューティクルを痛めないカット技法

まだまだ進化し続けていきます。

今年もよろしくお願ひ申し上げます。



スタッフコラム

肌印象を変える 冬のエイジングケア

冬の乾燥肌対策

気温も湿度も下がる冬は、室内も暖房などによって乾燥しています。空気が乾くと素肌の潤いが蒸発しやすくなり、冷える事で血流も悪くなります。

湿度の低下は肌の乾燥に大きく関わり、カサつき、ごわつき、くすみ、小じわといった肌トラブルの原因に。

乾燥から肌を守るために、しっかり保湿を意識しましょう。

※乾燥から肌を守るために

① 部屋の中を加湿する

(濡れたタオルをかける等、空気中の湿度低下を防ぎましょう。体の水分補給も忘れず。)

② 体を冷やさないように

(冷えは血行不良の原因。温かい物を飲む、入浴する、首元や足元を温めるなど習慣に。)

③ 保湿アイテムを見直す

(冬の肌に合わせ、保湿効果の高いスキンケアを取り入れるのもひとつ。仕上げにクリームをつけるなど保湿にこだわった手入れをこころがけましょう)

④ 運動を心がける

(日常に運動を取り入れ血行促進しましょう。室内でも出来るヨガ、ストレッチ。軽い筋トレなどから始めてみるのもいいかもしれませんね)

今年の冬の過ごし方に参考にしてみて下さい。

八戸ノ里店 濱本

お正月に食べるイメージが強い黒豆

実は1年中食べたくなる栄養の宝庫です

■ カリウム

体内にある余分なナトリウムを排出する働きがあり
高血圧予防に効果的

■ カルシウム

歯や骨の構成材料、ビタミンDと一緒に摂ると吸収率アップ。

■ 鉄分 貧血予防

■ アントシアニン

抗酸化作用にすぐれているので老化防止に期待

その他に、大豆イソフラボン、食物繊維 等。

栄養成分を無駄にする事のない調理方法は、蒸す、黒豆茶も。

お正月だけではもったいないですね。