夏休みは伊豆へ行ってきました

レンタカーを借りて２泊３日、天気予報では雨が降りそうな感じでしたが、持って行った傘を開くことなく、暑さもそこそこで快適でした。

初日は三島スカイウォークへ。吊り橋を渡って、フクロウとふれあい、アスレチックを楽しみ、足ガクガク…。その後、伊豆スカイラインで伊豆高原へ。

泊まった宿はテラスでバーベキューができ、食材も用意してくれるので焼くだけ！干物は我が家では不評でした。

２日目に城ヶ崎海岸で吊り橋。アニマルキングダムでカピバラやアルマジロとふれあい。大室山にリフトで登り、山頂を一周（筋肉痛つらい）。

３日目は伊豆パノラマパークのロープウェイで景色を堪能（上の写真）。

結局、吊り橋と高い所、動物ふれあいを存分に楽しんだ夏休みでした～！！

月曜定休

平日　11:00～21:00

土日祝日　10:00～20:00

０３-３４２９-８１９０

予約制　／　ネット予約有り

https://amanjiwo-hair.com/

LINE予約がオススメです

- LINE予約をご利用いただくと、施術中（特にシャンプー中）に手を止めることが少なくなるので、助かっています。
- 【アマンジヲ　豪徳寺】で検索するか、QRコードを読み取ってください。
- 移動先のページ右上のフォローを押して、指示に従います。
- スマホをお持ちいただければ、設定いたします。

https://stekina.com/profile/WKA8-QZ86?stype=lp https://stekina.com/profile/WKA8-QZ

「アマンジヲ」って どういう意味？

アマンジヲ（amanjiwo）とは、インドネシア・バリ島の言葉で「穏やかな魂」とか、「平和なこころ」という意味。
髪のケアをしながら、ゆったりと落ち着ける癒しの空間を目指して、
ヘアケアやヘッドスパに力を入れています。

メニューや料金の詳細はHPで！
「豪徳寺　アマンジヲ」で検索

No.61　2022.09

アマンジヲ　ニュース

豪徳寺 美容室 | 髪とココロの癒しサロン

応援ありがとうございます！

8月にお知らせした「キラリ輝く個店グランプリ」にご協力いただいた皆様、ありがとうございます！！飲食や物販などのお店とは違い、1ヶ月に来店される人数が少ないので、どの程度の順位になるかわかりませんが、応援してもらえただけで十分。結果は3月に発表されるそうです。

9月は世田谷八幡宮の例大祭ですが、お神輿は担がず、トラックに乗せて町内をまわるようです。駅前に提灯が飾られますので、アマンジヲの提灯探してみてくださいね～。

宮の坂の境内では、奉納相撲など行われる予定です。露店も出るらしいですが、感染状況によっては変更もあるとの事。お祭りの雰囲気だけでも楽しみたいですね～。

髪と頭皮だけじゃない！疲れを癒すためのヘッドスパ

健康な髪は、健康な頭皮から生まれます。それを助けるのがヘッドスパの役目。

毛細血管を活性化して血行を良くするのは、毛根へより多くの栄養を送るため。また、使った栄養が排出される「リンパ」が流れるようにするのも、血液の循環をスムーズにするのに必要なことです。

また、リンパ管には心臓のようなポンプが無く、筋肉の動きを利用してリンパ液を流しています。リンパの流れが滞ると、寝ている間にも自律神経が働き、筋肉を動かそうとします。これが寝返りの役割で、熟睡を妨げる原因でもあります。

ヘッドスパのマッサージでリンパの滞りを解消することで、自律神経が休まって寝返りが減り、良い睡眠が取れるようになります。

いくら寝ても疲れが取れない、目覚めが悪いという方は、睡眠の質が良くないのかも？

リンパの流れを整える「デトックススパ」で、癒されてみてはいかがでしょうか？

新しく「極悶スパ」も始めましたよ！