

### 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 Uto.

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

十日祝日 10:00~20:00

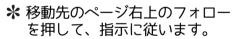
03-3429-8190

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。



★ スマホをお持ちいただければ、 設定いたします。



## 「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

# アマンジヲ ニュース 豪徳寺 業容室 |髪とココロの漉しけロン



#### 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!

