

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



明けましておめでとうございます

2023年もコロナを引きずったまま始まりましたが、今年こそは収まるものと願っております。もう少しがんばりましょう！

アマンジヲとしては、インボイス制度が始まったり、原材料の値上げがそろそろ美容関係にも影響してきそうだったり、不安要素が尽きないんですよ～。

でも、シャンプーチェアも買い替えたし、ヘッドスパをもっと広めるべく、スパニスト講習を積極的に開きたいと思っています。

また、ブリーチを活用したカラーデザインももう少し勉強が必要だと感じているので、トリートメントカラーも含めて研究です！

少しずつですが、成長を止めないように努力して行きますので、宜しくお願いします！

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/WKAB-QZ867sty>
<https://stekina.com/profile/WKAB-QZ867sty>

「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、「平和なところ」という意味。

髪の毛のケアをしながら、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



年末年始は札幌へ行ってきました

前に札幌へ行ったのは、おそらく6年以上前だと思います。飛行機に乗るのもその時以来、ちょっとドキドキします。

これを書いているのは年末なので、果たしてちゃんと行って来れたか、もしくは帰って来れたのかはわかりませんが、全国各地で大雪が報じられているので心配ですね。

大晦日に行って2日に帰ってくる予定なので、元日だけがゆっくりできる日。久しぶりにスキーができればな～と思っています。

あとは、行き帰りの新千歳空港内で、美味しい物を食べたら最高ですね！

猫たちはお留守番です。餌と水はたっぷり用意して、エアコンもスマホで外から操作可能、古いスマホで様子が見れるようにもしましたよ！

さて、年明けはどうなっているのでしょうか？ 答え合わせはサロンにて！



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。

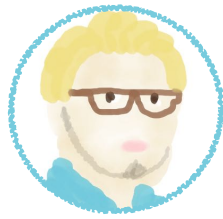
また、リンパ管には心臓のようなポンプが無く、筋肉の動きを利用してリンパ液を流しています。リンパの流れが滞ると、寝ている間にも自律神経が働き、筋肉を動かそうとします。これが寝返りの役割で、熟睡を妨げる原因でもあります。

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？

「極悶スパ」は肩コリさんに好評です！

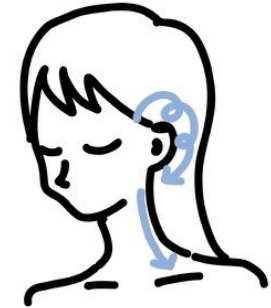


極悶スパはこんな感じ！自分でできるところもあるかも？！

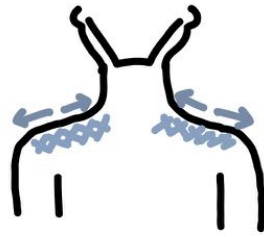
① 3種類のアロマオイルから、その日の体調に合ったものを選び、頭皮全体になじませます。



② リンパの通り道を摩擦します
こりが詰まっていたら、せっかくのマッサージが無駄になってしまいます。



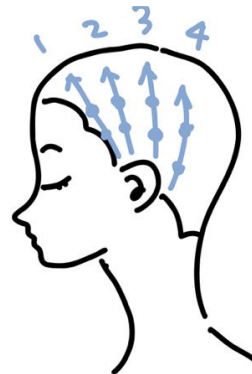
③ 肩の筋膜を伸ばします
目の疲れている方は特に念入りに



④ 前頭部の筋肉をほぐします
お顔のリフトアップと頭頂部の筋膜をゆるめます。



⑤ 側頭筋をほぐします
耳周りから頭のおへんに向かって皮膚を持ち上げます。頭蓋骨から頭皮をはがすつもりで。輪郭や首のリフトアップし、頭皮をやわらかく柔軟にします。



もう一度③を繰り返して、全部で15~20分。
あとはシャンプーして仕上げます。