

2013年11月

# Happyの法則

News Letter

発行: Hair make APPY 〒465-0005 名古屋市名東区香流2-90&Maxvalu香流店1F 0120-955-558

## ＊ 店長の独り言 ＊

元陸上競技選手で、400mハードル日本記録保持者である“為末大”さんの言葉が印象的です。『本質的な人の性質は変わらないし、変える必要はない。ただその性質がネガティブに向かっているものをポジティブに変えることはできる。これがひとは変われるという意味。性質を変えるのではなく姿勢を変える事。』仕事に取り組む姿勢。勉強に取り組む姿勢。遊びに取り組む姿勢その姿勢が大切なんですね！それはきっと、「目」だけでも伝わってしまうものだから、隠そうと思ってもバレちゃう。やる気満々か、やる気なしか、積極的か消極的か、楽しんでるか、つまらなそうか・・・それは自分だけじゃなく、周りの人も巻き込んでいくモノだと思えます。プラスもマイナスも！決めるのは自分で出来る。どっちが良いか考えて、自分で決めればイイ。ポジティブな姿勢で生きるのか、ネガティブな姿勢で生きるのか。いざれにしても、その責任は自分にある。

### 12月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

### 1月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

\* 年末年始のお休みは、31日～1月3日の4日間です。宜しくお願い致します。



# スタッフ紹介

毎回、当美容室のスタッフをおるひとりのテーマをもとに紹介するこのコーナー。今月はコレです！

「2020年東京オリンピックで観たい競技」の巻

一番観たいのは、陸上の100Mですね～世界一速い走りを見たい！絶対に好きだと思っておきます(〇)

店長 RYU



シンクロナイスティング・体操です。きっと、会場中に何も言えない緊張感もあるんだろうと思いますが、それもふまえて、いろんなものを味わいたいです。

アドバイザー MAYU



体操見に行きたいです。人間技とは思えない技の数々を間近で見たいです。野球も復活するといふ噂もあるので、楽しみです

チーフ GAKU



見に行きたいのは水泳！  
選手の人たちの本物の泳ぎを見たいです！  
何か何でもチケット取って見せます！(>\_<)

アシスタント トモ



一番見たいのは、バレーボールですね！！  
中学・高校とバレー部だったのでオリンピックの舞台であのドキドキ感を感じてみたいです☆  
チケットGetしたいと思っていますか

アシスタント エゾ



やっぱり体操ですかね 一観  
白井くんの金メダルが  
たいです！

アシスタント タカ



## 玄米の健康力

玄米は、稲から、もみ殻を取り除き、胚芽や表皮が残り、胚芽の状態の米です。バラバラにバラバラに含まれ、ビタミン、ミネラル、植物繊維、その他の有効成分などを含んでおり、主食としては、大変優れた、最近では世界中で注目されています。主食を玄米にすれば副食を取らなくても良いほど。完全食ともいわれます。

## 食の講座

10/14にAPPY食の講座が開催されました。テーマは『代謝を上げる』でした。代謝が上がれば病気にもなりにくいですし、ダイエットにもとっても大切なことを勉強できました。次回は12/9です！テーマは『免疫力を上げる』です！免疫力UPはお腹の働きをよくするポイント！ホルモンのバランス、自律神経のバランスを整えます。すごく勉強になりますので是非参加をお待ちしております。今年最後の食の講座になります。

## Hair make APPY

- 住所 千465-0005  
名古屋市名東区香流2-908  
Maxvalu香流店1F
- 営業時間 10:00～8:00(受付7:00まで)
- 定休日 毎週月曜日  
第3月・火曜日
- 駐車場 120台(カーマ、Maxvaluの駐車場  
をご利用下さい)
- 予約受付 052-774-7748  
0120-955-558
- URL <http://www.hair-appy.com>



カーマ、Maxvalu香流店の1F角です。