

Happyの法則

News Letter

発行: Hair make APPY 〒465-0005 名古屋市名東区香流2-908Maxvalu香流店1F 0120-955-558

店長の独り言

「流れる水は腐らず」ということわざがあります。「流れる水」とは、「少しずつでも努力し、前進していくこと」を意味しています。とにかく結果が出なくても、思い通りにならなくても、少しずつでもいいから前進していくことが大切です。あせらずに努力を続けていくことです。そうしていれば、「気持ちが腐ることはない」のです。気持ちを腐らせることなく、少しずつであっても前へ向かって進んでいけば、どこかで希望が見えてきます。いい結果に辿り着く一歩手前まで来ていることに気づく場合もあります。大切なことは、止まることなく、前へ向かって歩き続ける、ということです。そして、歩き続けていけば、どこかで目的地に到達できます。それを教えてくれるのが、この「水は腐らず」ということわざです。歩みを止めれば、気持ちがどんどん腐っていくばかりです。

「水」のように生きる 植西聡 著 ダイヤモンド社より

川の水はキレイです。なぜなら常に前進しているからです。沼の水は淀んでいます。なぜならその場に留まっているからです。山の奥深くの湧き水から、広い海へ辿り着くまで、少しずつ前進しながら流れているのです。人間の体内の水分量は、年齢、性別、肥満度等によって違いがありますが、新生児は体重の約75%、子どもは約70%、成人は約60%、老人は約50%を水が占めているそうです。つまり、その位「水」と似ているのかもしれませんが、だとすると、人も前進し続ける必要があるのではないのでしょうか。しかも、若ければ若いほど、止まっていたはいけないのです。もちろん老人も、50%は「水」ですから、水と同じように少しずつでも進んだ方が良いでしょう。何かに執着することも、沼の淀みに似ているのかもしれませんが、「受けた恩は石に刻み、与えた恩は水に流せ」といいます。そうやって、前進していきたいですね！

11月

APPY カレンダー

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			

※緑色が11月の定休日になります。

お知らせ

APPYオリジナルアプリが出来上がります！！
APPYの情報やニュース、スタイリング説明動画、インスタなどなどいろいろな事を配信していきます！出来上がったら、是非登録宜しくお願いたします！！

スタッフ紹介

毎回、スタッフをあるひとつのテーマをもとに紹介するこのコーナー。今月はこれです！

「運動会で好きだった競技」の巻

クラス対抗リレーです。皆の大応援の中、走るリレー最高に盛り上がりますよねー (^◇^)

店長 RYU



競技名は忘れましたが、大小のタイヤを取り合う競技や、騎馬戦が好きでした。

アドバイザー Mayu



田舎の学校でしたので、ほぼ全種目でないといけなかったのですが、どの種目も好きでした。

チーフ GAKU



騎馬戦の後の城落しが好きでした！赤白お互いの城に玉を投げて爆破させたチームの勝利！燃えます！

スタイリスト TOMO



走ることが好きだったのでリレーが好きでした☆

ケアリスト エソ



玉入れが好きでした♪ほとんど入りませんが楽しかったです(*ω*)♪

アシスタント ナル



■大豆コロッケ & きのこソース

(1人分)エネルギー350kcal、塩分2.7g-材料(4人分)-

- ・茹で大豆:1カップ ・じゃが芋:200g ・自然塩:小さじ1/2
- ・玉ねぎ:100g ・自然塩:小さじ1/2 ・こしょう:少々 ・油:大さじ1/2
- ・薄力粉:適量 ・水:適量 ・パン粉:適量 ・揚げ油:適量 ・レタス:適量

【きのこソース(4人分)】

- ・マッシュルーム:100g ・油:大さじ1/2 ・自然塩:少々
- ・醤油:大さじ1 ・ケチャップ:大さじ5

-作り方-

1. 茹で大豆は粗みじんに切るか、またはフードプロセッサーにかけます。
2. じゃが芋は皮をむいて4~6個に切り、ヒタヒタの水に塩小さじ1/2を加えて茹で、柔らかくなったら水気をきって熱いうちにつぶしておきます。
3. 玉ねぎはみじん切りにして炒め、塩、こしょうをします。
4. つぶしたじゃが芋に1の大豆、3の玉ねぎを加えて混ぜ、小判型に丸めます。
5. 薄力粉を水溶きして4につけ、パン粉をつけて揚げます。
6. お皿にレタスを飾り、きのこソースをかけていただきます。(きのこソース…マッシュルームを粗みじん切りにして炒め、調味料を加えて混ぜてできあがり。)

-ポイント-大豆を丸ごと食べられる健康レシピです。ソースはお好みで色々アレンジしてみてください



住所 〒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(最終受付7:00)

定休日 毎週月曜日、第3火曜日

駐車場 120台(カーマ、Maxvaluの駐車場をご利用ください)

予約受付 052-774-7748
0120--955-558

URL <http://www.hair-appy.com>

Hair make APPY

