

# MAMA'S NEWS

2016  
11月号 No.138



@klr9729n



11月16日～  
サンプル  
トートナント商品  
10%OFF

**今日はご来店  
頂きありがとうございます。**

秋も深まり、層の上では冬とほろほろしたね。街にもイルミネーションが灯りはじめ、クリスマスモードに突入です。

急に寒くなる時でもあつますので体調に気をつけて！今月のテーマは、冬には季節にひたす。不調は手のひらで解消しましょう。今月の担当は執行です。



フロアママ スタッフ おすすめ!

## ヘアドライヤー ランキング

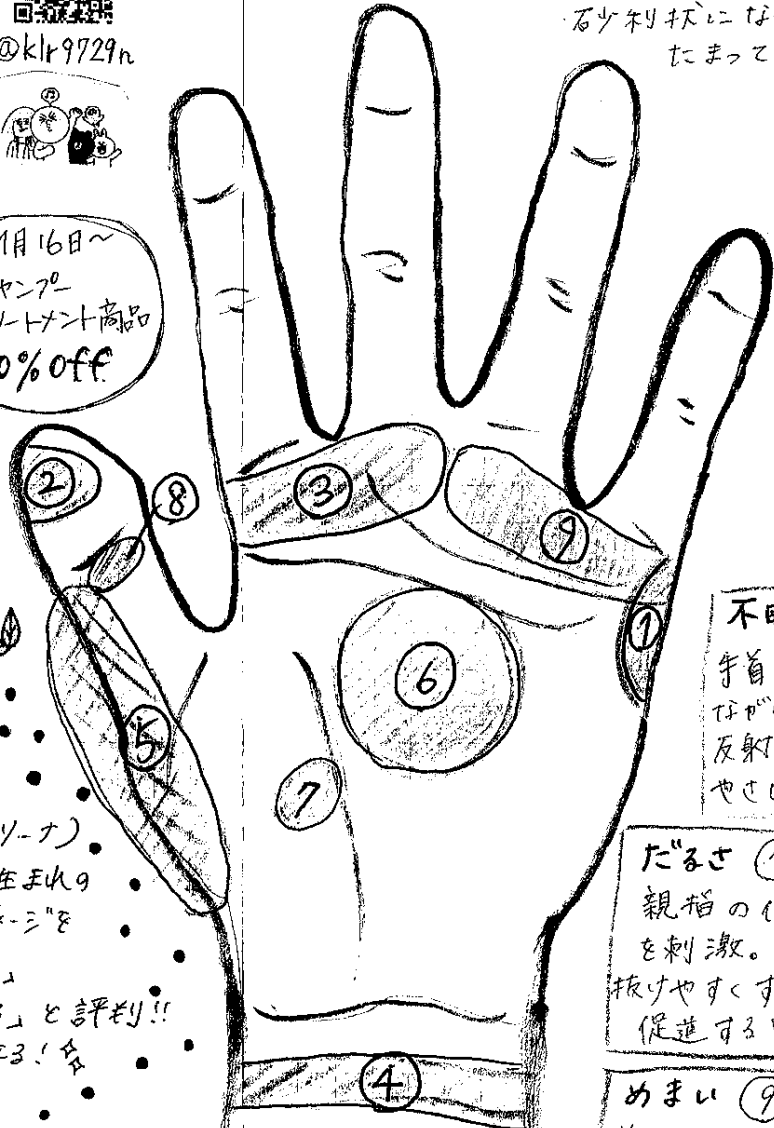
**1位** ヘアビューザー エクセミアム2 (ユミエローナ)。  
美容師の74%が「人気」が急上昇した米国生まれの製品。独自技術で「熱による髪へのダメージを防ぐ」。「しっとりと毛先までイェイが均一」「ツヤもでてスタイリングしやすい髪になる」と評判!!  
冷風をあてることでリフトアップが美顔器にもなる!!

**2位** スカルフドライヤーロゼ  
スカルフヘッドやユーエヘッドの装置で頭皮を直接刺激できる。低温のやさしい風でスカルフケアができる!

**3位** スーパーイェイ HD01 (9"イェイ)。  
とにかく速く乾く。風量、風圧はNo.1。

ドライヤーはもう乾かすだけの時代ではありません!!

手のひら (左)



## ツボを押して不調スッキリ!

手のひらを触ったとき、石のように硬くなっていたり、石のように冷たかったりするのは、疲労物質がたまっている証拠です。

**頭痛 ④ ⇒ ②**  
手首の付け根にある仙骨の反射区をしごきように刺激する。そして、親指先にある脳の反射区を人差し指の側面ではかす。

**目の疲れ ③ ⇒ ① ⇒ ②**  
目の反射区も指でしごきながらスライド。指と指の間にある目の反射区は押し刺激する。目が疲れている時にこりやすい肩と首のケアも、血行を促進させて疲れをとります。

**不眠 ④ ⇒ ⑤ ⇒ ⑥**  
手首と手のひらの境目にある反射区をさすりながらスライド。側面部分にある腎臓の反射区を刺激。最後に⑥の反射区をやさしく押すとリラックスして眠気を誘う。

**だるさ ⑦ ⇒ ⑧**  
親指の付け根のふくらみにある腎臓のツボを刺激。腎臓の働きを活性化させ、疲れを抜けやすくする。さらに細胞の生まれ変わりを促進する甲状腺の反射区をしごいて刺激。

**めまい ⑨ ⇒ ②**  
薬指と小指の付け根、親指と指の間にある耳のツボを刺激。耳鳴りなどの症状を起きにくくする。さらに脳の反射区を人差し指の側面ではかすストレッチケア。

※強くさするようにはマッサージ。または、指先でしごきつつ圧をかけるとほぐしやすくなります!