

本日はご来店頂きありがとうございます。

2020年も、残りわずかとなりました。みな様にとって、どんな1年でしたか？コロナ、ママでは、来年もみな様の「きれい!!」のお手伝いを、させて頂きたいと思っております。2021年も、スタッフ一同、笑顔でお待ちしております。

シャンプー・トリートメント  
商品 ~ 12/30(水)まで  
**10% off**

## 免疫力UPを意識する7つの習慣

日々の生活に取り入れやすい免疫力UPを意識する習慣を  
普段のちょっとしたことから始めてみましょう。

### 習慣1 規則正しく

決まった時間に起き生活のリズムを整える。毎朝決まった時間に朝食をとり、腸内環境を整えることも大切。

### 習慣5 声を出して笑うこと

心から笑うことで免疫が活性化。日常で笑いのもとを探しプラス志向に。

### 習慣3 リラックスタイムをつくる

ルームフレグランスや音楽を聴きながら過ごしやすい環境でくつろぎを。

### 習慣7 睡眠をとる

快適な寝具でぐっすり眠れる環境を整え、適切な睡眠時間を確保しましょう。

### 習慣2 通勤を自転車で

移動を運動をかねて徒歩や自転車通勤にしましょう。適度な運動としてリフレッシュ。

### 習慣6 ゆっくりお風呂

体の芯まで温めて上質な眠りを得ることで、疲労回復と免疫力UPに。

### 習慣4 高タンパク低脂質で代謝をあげる

野菜や果物、海藻類、雑穀類、肉や魚、乳製品などバランス良く食べましょう。



## 福袋-2020-

- 1万円(税別)未満コース ⇒ 10% off
- 1万円(税別)以上コース ⇒ 20% off
- 2万円(税別)以上コース ⇒ 23% off

## 大切なお誕生日プレゼント特集★

**美容グッズ**  
女性に送るなら  
こちらが予算に  
合わせてプレゼント  
してきましょう

**時計**  
男女問わず大人気! 価格も  
少額で高価な物までオススメです!

**お財布**  
男性に人気な財布が  
使いやすく皮のお財布が  
人気です。

**ブランドマスク**  
コロナが増え、顔の  
肌を保護する  
ブランドマスクも人気です。

12/31(木) ~ 1/4(月)は  
お休みさせて頂きます。  
ご迷惑をおかけしますが  
よろしくお願い致します。

岸川店長より  
今年1年間はいつもの1年より  
更に早く感じる年でした。  
白本を始め、世界中が大変な中で  
1年を通し、フロアママで美容を  
通じて、つなげて頂いた  
お客様の方には、感謝の  
一言に尽きません。  
2021年の新年は、播磨が少しづつ  
復活して、乗り越える一年に  
なりますように! そして当店の  
方にも、又、ご来店頂きますよう  
スタイルやケアのアドバンスの方を  
元氣張っていただきますので、来年も  
よろしくお願い致します。  
お母をお祝い、下まつり...