

しょうじゅPrese

MIHAMA

2022年 10月号

「スポーツの秋」といわれる由来は所説あり、東京オリンピックの開会式10/10にちなんでや、スポーツに適した天気と気温。農作業が落ち着き運動を楽しむ農家の方が多かった…といろいろですが、秋は代謝が高まりダイエット効果が出やすいという説は見逃せませんね！



大人気のリフレッシュ体操。時間短縮・人数制限など安全に配慮しリニューアル

敬老の日



「食欲の秋」こちらも所説ありますが、旬を迎えた様々な美味しい食材が出回るのです。という理由が大好きです。



「行楽の秋」旅行や外出を控えているいま、レジデンス周辺は季節を感じることができるスポットがたくさんあります。

10月号 美浜

レジデンスではデイサービスやヘルパーさんを利用している方でも施術が受けられるように毎月定期的に「まどろみ」「ひまわり」「エルターレ」の3社が曜日違いで理美容を行っています。



美容師さんが送迎をしてくれます。



プロのシャンプーナックでうたた寝してしいそうです。



美容師さんの七つ道具。これで皆様を美しく仕上げます。



まるでパーマのような素敵なウエーブ、実は天然パーマです！



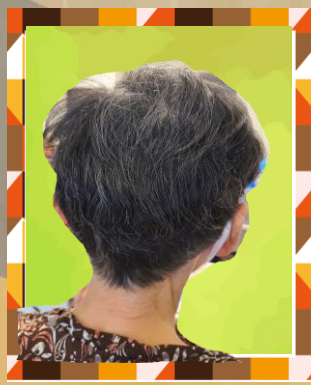
美容師さんの見事なクシさばき



たくさん荷物を、そして立ちっぱなしの一日。本当にお疲れ様でした！



襟足をスッキリさせ丸みをつけたポプスタイル



涼しげですが女性らしい仕上がり



ボーイッシュなハンサムショート



外出をひかえているいまでもヘアスタイルやスキンケア、お洋服に気をつけている皆様を見習わなくては いけませんね！

