misao since 1987

Koizumi News Letter
『髪と健康を育む美容室』

小 泉 操 美 容 室
https://koizumi-hair.com

NO.199
2024年1月
創刊:2007/7

謹賀新年

HAPPY　RYU YEAR　2024

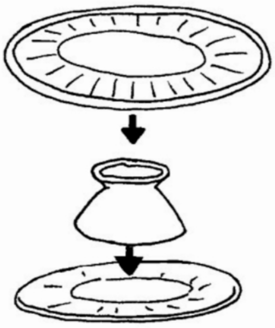
家事の基本と技
お茶とビュッフェのおもてなし

ママ友や趣味の仲間、ご近所さんなどお友達を自宅へ招いておもてなししたいけど、どんなお料理を作っていいかわからない…。
そんな時、おしゃれで気軽に楽しめる「おもてなしのコツ」をご紹介します。

おもてなしビギナーは、まずティータイムから…

いきなり手作り料理でもてなすのは、ちょっぴり不安…。そんな人は、まずお茶とお菓子からはじめてみましょう。ポイントは、見た目をちょっぴり華やかにすること。ゲストに「ウェルカム感」を感じてもらえたら大成功！あまり気負わず、セッティングを楽しみましょう。

★お友達とティータイム



- おいしいお茶を準備しましょう。甘い香りのフルーツティーや、心身ともにリラックスできるハーブティーなど、香りのあるお茶で華やかさを演出するのもいいですね。
- お菓子は市販の物でもOK。食べやすい大きさに切ったり、お皿にレースや紙ナプキンを敷けば、グンとおもてなし感がでます。
- サンドイッチやケーキには、ハーブや季節のフルーツを添えて彩りを。
- 高さのあるお皿をテーブルの中央に置くと、グッと華やかな雰囲気に。高さのあるお皿がない場合は、逆向きに置いた小鉢の上に、大皿を載せれば即席の高皿のできあがり！その上にケーキやお花を飾りましょう。

ティータイムに慣れたらビュッフェランチに挑戦！

ティータイムでのおもてなしに少し慣れたら、ビュッフェスタイルのランチにゲストを招いてみましょう。これなら多少人数の増減があっても、対応に困らずおすすめです。

- イスを省いてテーブルを準備。スムーズに料理を取れるよう、カトラリー、お皿、オードブル、サラダ、メイン、デザートと、取っていく順に物を並べます。
- 汁気のある料理は避けましょう。取りやすく食べやすいサイズのものがおすすめです。
- ちらし寿司をケーキ型にしたり、小さめのカップに入れて一口サイズにするなど、見た目が華やかになる工夫を。
- 人数が多い場合は、床に座るのもよいでしょう。座ったときにお皿やグラスが置けるように、サイドテーブルやトレイ、クッションなどを用意しましょう。

おもてなしイロイロ

各自で一品ずつ持ち寄って

欧米でポピュラーなのは、“ポットラックパーティー”という形式。招く側は「ドリンク、デザート、パンはこちらで用意します」と伝えておき、各自が得意料理を一品ずつ持ち寄る、気軽なスタイルです。

音楽や照明で雰囲気づくり

カフェやレストランのように、テーマに合わせた音楽を流したり、キャンドルや間接照明を上手に使って、落ち着けるような雰囲気づくりをしましょう。

オープンな気持ちでリラックス

招く側が緊張していては、ゲストもリラックスできないもの。オープンな気持ちでおもてなしをしましょう。

自分の失敗談や旅行の話などをすると、リラックスできて盛り上がりますよ。

健康を育む小泉操美容室より 体温を上げ病気になりにくいからだつくり商品をご紹介！

タンポポとヨモギの無添加植物エキス入浴剤【つるポカ】

「つるポカ」と「酵母くん」は原料が同じ！

500ml ¥4180(税込)

【つるポカ】1998 年発売
たんぽぽ・よもぎ**濃縮液**

【酵母くん】2007 年発売
たんぽぽ・よもぎ**発酵液**

うれしいことがい〜〜ぱい！

お風呂の効果

- 温熱効果で身体が温まり血のめぐりが良くなる
- 副交感神経が優位になり心身ともにリラックス
- 浮力の作用で身体の負担が軽くなり緊張がほぐれる
- 血行が良くなると新陳代謝が高まり疲れがとれる
- 水圧の作用で身体がほぐれマッサージ効果
- お風呂から出て深部体温が下がると深い眠りに

【つるポカ】３つのこだわり

1. 原料へのこだわり

原料は国産のみならず、世界各地の身体が必要とするものを探求し、素材を生かすことを心がけています。【つるポカ】は、ヨーロッパ産オーガニック「タンポポ根」と国産「ヨモギ葉」を長時間煮出し、植物の持つ力を凝縮させたエキスに、ミネラル豊富な塩を配合しました。

2. 製法へのこだわり

原料素材のバランスを最大限に活かすため、「１つの成分だけではなく、全体を抽出する」製法を用いています。原料をぎゅっと凝縮した自然の力を肌で感じてください。

3. 無添加へのこだわり

塩には保湿、保温効果があり、さらに防腐剤の代りをしてくれるので、化学物質を一切使わずに長期保存が可能になっています。

「鉄は47.5倍も摂れるので、貧血気味の方」「食物繊維は6.6倍ですから、お通じでお悩みの方」「たんぽぽ根の栄養をまるごと摂れて身体が温まるので、冷えが気になる方には特に飲んでいただきたい商品です。

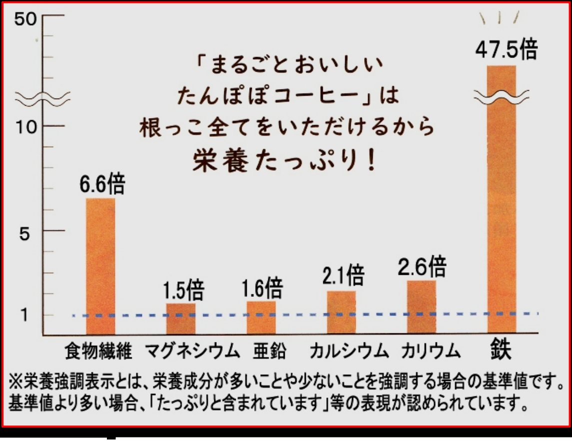
モンドセレクション(ベルギー)審査にてブロンズメダルを獲得：2022年

ロングセラーの「ばんのう酵母くん」を発明した(株)アーデンモアの【まるごとおいしい たんぽぽコーヒー】をご紹介します。<u>是非ご愛飲ください！！</u>

<u>内容量25g **￥2750税込** 約５０杯分</u>

<u>1杯約55円</u>

原材料:たんぽぽ根（熊本県産）



＝＝＝ご愛飲の方からのお声＝＝＝

コーヒーは苦手なんですが、たんぽぽコーヒーは、ほんのり甘くお茶感覚で飲めました。こんなに美味しいものなんですね。（20代女性）

ノンカフェインなので、夜寝る前も気にせず飲めます。体がポカポカしてぐっすり眠れ、目覚めも良いです。(40代女性)

食物繊維と鉄が豊富なので娘にもすすめました。(60代男性)

たんぽぽコーヒーを飲むようになって、毎朝決まった時間にお通じがあり快適です。(90代女性)

<u>【まるごとおいしい たんぽぽ コーヒー】</u>

よくある質問 Q&A

Q1:どんな味ですか？
A:原料にコーヒー豆を使用していないので、一般的なコーヒーの味とは異なります。
ほうじ茶･番茶･黒豆茶のような感じで、苦みが少なくまろやかで優しい味わいです。

Q2:砂糖やミルクを入れても良いですか？
A:お好みで加えてもよろしいです。苦味は少ないので先ずは一杯そのままでお試しください。

Q3:子供でも飲めますか？
A:ノンカフェインですので、どなたでもお飲みいただけます。

Q4:1日何杯飲んでも良いですか？
A:飲みたい時にお好みの分量で何杯でもお楽しみください。

Q5:粉っぽいのですが･･･
A:まるごとおいしい たんぽぽコーヒーは、焙煎したたんぽぽ根をそのまま微粉末に仕上げています。お湯の中で粉が分散している状態なので、時間が経つと沈殿します。粉には栄養がたっぷり詰まっているので、スプーンでかき混ぜてお召し上がりください。

Q6:ちょっと高いと思うのですが･･･
A:まるごとおいしいたんぽぽコーヒーは、1袋で約50杯分。1杯あたり55円でお楽しみいただけます。

原料は熊本県産 たんぽぽ根100%

まるごとおいしい たんぽぽコーヒーに使用しているたんぽぽ根は、「熊本県産100%」です。1本1本すべて「人の手」で大切に育てています。根を収穫・洗浄後、「天日干し」をし、ていねいに「焙煎」しています。契約農家で、農薬を使わず育てているため、収穫量は限られており、大変貴重な原料となっています。原料から加工まですべて「国産」なので、自信を持っておすすめできる逸品です。

まるごとおいしい

製品名の「まるごとおいしい」とは、貴重な国産原料の栄養を、余すことなく、まるごと全ていただく製品であることの証です。アーデンモアでは独自の製法で「微粉化」することにより、「たんぽぽ根全てをいただく」ことを実現しました。ティーバッグ不使用なので、環境にも優しい製品となっています。

いつでもどなたでも

まるごとおいしい たんぽぽコーヒーは、お湯や水にすぐ溶けるので、「抽出時間なし」で「ホット」でも「アイス」でもお楽しみいただけます。急な来客や忙しい時にも、お待たせすることはありません。
また、量を加減することで、「お好みの濃さ」に調整することができます。カフェインゼロで優しい味なので、お子様からご年配、妊産婦の方々まで、どなたでも安心してお飲みいただけます。

こんにちは、小泉操です。

明けましておめでとうございます。

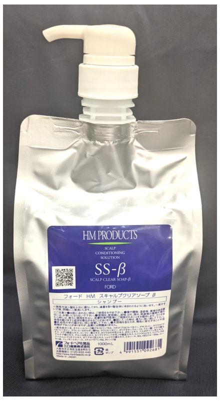
本年もどうぞ宜しくお願い致します。

新春キャンペーン開催中！

★体温を上げ抵抗力をつけるアイテム！！　20%OFF　2/末迄

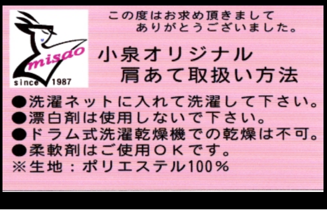
酵母くんの
エアレスタイプ
が誕生！
105ml
1本￥3300
※酵母くん 23ml
の4．6倍入り

★乾燥時期の保湿必須アイテム！！
20%OFF　1/末迄



就寝時 首・肩を冷えから守る【KOIZUMI オリジナルケープ】

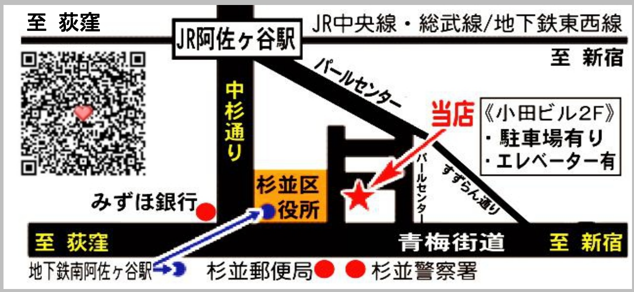
今年も数量限定販売！



価格3300円(据え置き)
サイズ:70cm×100cm
男女兼用

小泉　操 (1955 生)　1973 青森県立三沢高校卒 '73 都市銀行入社　'76 同行退社　'77 日本美容専門学校卒　'78 美容師免許取得 '78 ヨーロッパ研修　'79 世界カットチャンピオンに師事　'81 管理美容師免許取得　'84 青山にて故 平尾昌晃氏(作曲家)と美容室＆メイクスクール共同経営兼店長 (女優・歌手・タレント・テレビ･雑誌･ポスター等のヘア&メイクを手掛ける) '86 第２回ヨーロッパ研修　(サッスーンスクール・トレバ-ソルビー他)　'87(S60)当地にて　(株)小泉操美容室設立･開業 '96～'99 杉並区立小 PTA 会長'03 杉並区立中 PTA 会長・都立高 PTA 副会長'95～'10 小中高各校インターンシップ出前授業 '95～病院ボランティア活動中(２７３回２４年) '00 アートメイク技術習得･フェイシャルエステ技術習得'24/創業 37 周年

受付時間　10:00～平日:19:00 迄
日祝:18:00 迄
定休日:毎週火曜＆第１･第3月曜
TEL＆FAX:03－3318－5820
※ご予約優先･早朝予約承ります
https://koizumi-hair.com/
mail: misao@koizumi-hair.com
杉並区阿佐谷南 1-14-5 小田ビル2F
＜杉並区役所東隣り＞



新年 1 月の店休日
1(月)～4(木)
9(火)、15(月)16(火)
23(火)、30(火)

2 月の店休日
5(月)6 火)、13(火)
19(月)20(火)
27(火)