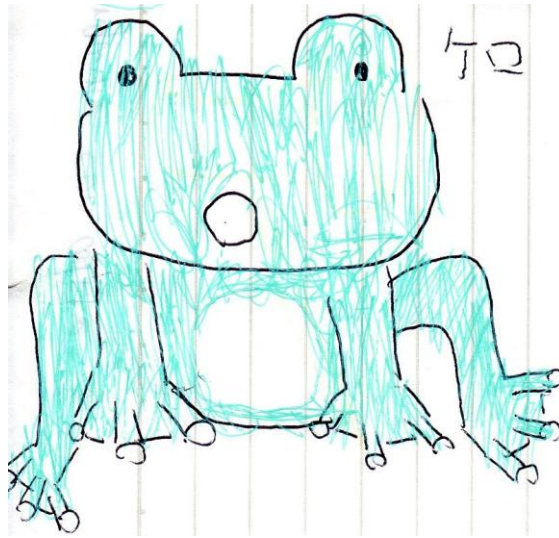


今月のゆりさん8月号



今年の梅雨は長い><

8月

五臓：肺 五味：辛 五色：白

中医学では秋の始まりとされるが、暑さが原因でのぼせやほてり、イライラ、炎症による肌トラブルなどに悩まされがちな季節です。これら「暑邪」には、トマトやゴーヤなどの夏野菜やフルーツ、そばなどで対策を。暑気払いには、実はビールを飲むのもよい。漢方でも「健胃消食」「清熱解暑」の効能が認められており、余分な体熱を排出するのに役立つ。

食欲不振の改善に・・・サルサ

生野菜たっぷりながら、トマト以外はほとんど温性・熱性の食材。辛味が食欲を増進する上、夏場に衰えがちな肺も養ってくれる。

トマト、玉ねぎ、パクチーをみじん切り。レモン、おろしにんにく、塩、黒コショウ、レッドペッパーを加える。

オススメ食材

頭痛、便秘に・・・イカ

肺を養う白い食材であり、腎を養う鹹味のイカは、通便や老化予防にも良い。血を補うので、血不足で体内の熱がこもる頭痛にも作用する。

(一個人：食養生カレンダーより引用)

お盆の前にきれいになろう！

お休みの予定

8月							9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
						1							
2	3	4	5	6	7	8			1	2	3	4	5
9	10	11	12	13	14	15	6	7	8	9	10	11	12
16	17	18	19	20	21	22	13	14	15	16	17	18	19
23	24	25	26	27	28	29	20	21	22	23	24	25	26
30	31						27	28	29	30			

今年の夏季休業は8月15日から18日となります。

お盆とかさなる夏季休業前は
前日までのご予約がおすすめです。

コロナ禍において、受付人数制限とマスクの着用を実施いたしております。皆様のご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

ご予約はこちらまで

ゆり美容室専用予約サイトご利用ください。

<https://yuribiyoushitsu.bionly.net/>



かんたんな入力で、前日までの予約が可能になります。

電話予約も受け付けております。

営業時間 8:30~17:00

0285-44-5182 0120-44-5182

yuri_bs_bj@icloud.com

＼ 県内経済を支える中小企業および個人事業主を支援！ ／

とちぎ応援プレミアムチケット

5,000円で6,000円分のチケットをご購入いただけます！

7月10日(金) 取扱店募集開始

8月3日(月) チケット販売開始予定

※お一人様2冊までご購入いただけます。



「とちぎ応援プレミアムチケット」の目的

栃木県では、新しい生活様式に対応しながら、県内経済を支える中小企業および個人事業主を支援するため、それらの店舗等でお得に使える「とちぎ応援プレミアムチケット」を発行します。

チケットの概要

販売価格

1冊 5,000円（税込）で6,000円分のチケット（商品券）をご購入いただけます。

※500円券が12枚つづり

※プレミアム率 20%

販売冊数

100万冊 ※売り切れ次第終了

利用期間(予定)

2020年8月3日（月）～10月31日（土）

チケットの購入について

購入条件

下記の①、②いずれかを満たす方

①栃木県内市町に住所を有する方

②栃木県内へ通勤・通学している方

販売期間(予定)

2020年8月3日(月)～9月30日(水) ※無くなり次第終了

購入上限

お一人様2冊まで

※チケットの販売に関する詳細は、決まり次第「[チケット販売窓口](#)」ページに公開します。

[チケット販売窓口](#)



ゆり美容室では、今回の「とちぎ応援プレミアムチケット」取扱店として登録いたしました。詳細はHPをご覧くださいますようお願いいたします。

[公式HPはこちら](#)

