

梅雨明けが近づき、一気に夏らしさが増す頃となりました。皆さまはいかがお過ごしでしょうか。気温が急激に上昇すると、暑さに慣れていない身体はついていけないことがあります。夏の暑さを乗り切るための体づくりや住環境を整えるなど夏を迎える準備を早めに始めましょう。ちなみに

昨年7月の平均気温は1897年以降で最も高かったそうですよ。

熱中症対策として首にかけて使用する扇風機や保冷剤などをよく見かけるようになりました。美味しく食べて塩分が摂れるタブレットや飲み物は、好みの味を探してみるのも楽しいですね。暑くて食欲がない時は、さっぱりと食べられる素麺がおすすめです。当社には徳島特産の半田素麺に蘭の全草粉末を練りこんだ「らんめん」があります。コシがあってツルツルとした食感でとても美味しいですよ。ぜひ召し上がってみてください。

そして、忘れてはいけないのが髪と頭皮のお手入れです。屋外では紫外線に気を付けて、汗をかいたあとの洗髪と育毛剤の使用で頭皮環境を正常に保ってくださいね。エアコンや扇風機を活用して暑い夏を快適に過ごしましょう。



阿波弁

講座

今日の阿波弁

「じゅるい」

意味：地面がぬかるんでいる

使い方
阿波弁：雨でじゅるいけん、長靴履いて行きよ

標準語：雨でぬかるんでいるから長靴履いて行きなさいね。



Q&Aのコーナー

皆さまからいただきましたご質問にお答えさせていただきます。

Q. お酒は髪によくないの？

A. 適量のお酒は血液循環を助け、ストレスを軽減してくれます。しかし過度の飲酒を続けると薄毛のリスクが高まり、育毛環境に悪い影響を与えるといわれています。例えばビタミンB1・B2はエネルギー代謝を活発にし、髪や皮膚の生成に役立つ栄養素ですが、アルコールの分解にも消費されます。髪のタンパク質を作るのに必要な亜鉛もアルコールを分解する際に使われるので、お酒を多く飲んでいると不足しやすくなります。また、お酒により成長ホルモンの分泌が妨げられることも知られています。

髪のためにも健康のためにも、お酒の飲み過ぎは十分にご注意ください。

募集 みなさまからの川柳やお便り、ご意見・ご感想などお待ちしております♪みなさまからお寄せいただいたお便り、メッセージは、蘭夢ニュースに掲載させていただく場合がございます。

知っていますか? 髪のこと。

お答えします!

脂漏性脱毛症とは

回答
毛髪診断士 細川典子



脂漏性脱毛症とは、頭皮の皮脂が過剰に分泌されることで起こる脱毛症です。フケやかゆみ、頭皮の炎症の他、頭皮環境が悪化する事で脱毛すると考えられています。

原因は皮脂の変性と頭皮防御機能の低下、ホルモンバランスの乱れ、髪の毛の洗い過ぎ、カビ（真菌）などさまざまです。

脂漏性脱毛症を早く治すために、医療機関での治療と併せて自宅でのセルフケアが大切です。生活習慣を整えて、弱酸性の蘭夢シャンプー黄金率での洗髪と育毛剤蘭夢シリーズでお手入れをしましょう。

今月の川柳

茨城県の田代 敬様よりいただきました

『いつまでも若いね』
と言われ ソツと
自分の髪なでる



～蘭夢公式LINEのご案内～

蘭夢公式LINEができました!今なら友だち追加で今すぐ使える500円引きクーポンをプレゼント!詳しくはご案内チラシをご覧くださいね!

今月のプレゼント

抽選で
30名様

河野メリクロンオリジナル

らんめんギフト箱入り (200g × 5袋)

徳島特産の半田手延素麺に洋ランの粉末を練り込んだ干し麺です。少し太めでコシが強く、つるつるとしたのど越しで大人気商品です。冷たくしても、温かくしても美味しく召し上がれます。ぜひ、ご応募ください!



編集後記

編集発行 株式会社河野メリクロン
通販総合センター



田中 ゆかり

夏に食べる冷やしそうめんは美味しいですね。夏野菜も一緒に食べて暑さを乗り切りたいです。



細川 典子

来月は阿波踊り本番です。毎晩聞こえる鳴り物や笛を練習する音色に、阿波っ子の血が騒ぎます。



東浦 雅美

今年の夏野菜は暑さで全滅してしまいました。今年は一点集中でトマトを育てています。暑さに負けないでほしいです。



大窪 央子

徳島県阿波市に『美^{ビナス}ナス』という茄子があります。私のお気に入りの夏野菜です。今年もたくさん食べるぞ～

郵便ハガキで
ご応募ください

779-3690

蘭夢ニュース7月号
プレゼント係

- ①お名前
- ②郵便番号
- ③ご住所
- ④電話番号
- ⑤ご意見
感想を一言

郵便番号と宛名だけで届きます!

応募〆切り:2025年7月31日(木)消印有効

当選者は発送をもって発表にかえさせていただきます。
みなさまからのたくさんのご応募をお待ちしております。

通販総合センターからのお知らせ

「使用チェック表」はご希望の方にお入れしています。
ご希望の方はフリーコールまでご連絡ください。

フリーコール: 0120-55-9614

受付時間: 午前8時30分から午後6時 日曜定休

ご注文やお問い合わせは、こちらまでお願いいたします。