

こんにちは!  
プレーゴです

第184号

ビューティ・ダイアリー

# Beauty Diary

発行: PREGO[プレーゴ] 〒669-1321 三田市けやき台1-11-2 ザ・セレクトプレミア 神戸三田ホテル

## わたしの独り言

一年で一番昼の短い季節となりました。この時期に健康を維持するために最適なサプリメントをご紹介します。ビタミンCをリポソーム化し、98%という高い吸収率で効果を発揮する『リポC』のシリーズから『リポC+D』が新発売されました。

ビタミンDは腸管からのカルシウム吸収を助け、骨の健康をサポートする栄養素で、免疫の調整作用によって感染症やアレルギー、膠原病の対策に応用され、他にも認知症、糖尿病、うつ病などとも密接であると言われています。ご存じのようにビタミンDは日光を浴びることによって皮膚で合成されますが、日本人は世界一日光を避ける国民と言われるように、美白のために紫外線対策をすることが当たり前で紫外線量の少ない冬には特に合成量が少なくなります。さらにテレワークなどで日中外出をしない方も多く、青魚、キノコ、卵黄、鶏もも肉などビタミンDを多く含む食品からの摂取だけでは十分な量を補えません。

野菜にはビタミンDは含まれないのでベジタリアンの方も圧倒的に不足しており、その結果日本人のほとんどはビタミンD不足となっています。その不足分を補う栄養補助食品としておすすめの『リポC+D』はビタミンをリポソーム化(包み込んで届ける)することで体内への吸収率を格段によくし、ターゲットである全身の細胞に早くたどり着いて効果が出やすく持続しやすいという特徴があります。またリポソーム化されたCとDを一緒に取ることで効率よく吸収され、一度にたくさん摂れるというメリットも。風邪予防や免疫力を高めるためにもサプリメントを賢く活用されませんか。

チーフディレクター 平野 恭子



リポC(30包入り): ¥7,770  
リポC+D(30包入り): ¥8,960



## お店からのお知らせ

### 〇価格表記の誤りに関する訂正

ニュースレター183号(11月号)にてサロンメニューの価格改定についてお知らせいたしましたが、一部誤りがございましたので訂正させていただきます。

(誤)小中高生カット ¥4,400  
(正)小中学生カット ¥4,400

※高校生のカット料金は旧料金同様大人の  
カット料金(¥5,500)と同額となります

### 〇フローディア&デミドゥ業務サイズ予約受付中

半年に1回行っておりますシャンプー&トリートメント業務サイズの特別販売のご予約受付中です。

ご予約・お支払い: 12月11日(月)まで  
お渡し: 12月14日(木)以降  
※ご予約後の商品変更はご遠慮ください

- 【フローディアヘアケア】
- ・シャンプー(1000ml)¥6,600 トリートメント(1000g)¥8,140
- 【フローディアスキャalp】
- ・シャンプー(1000ml)¥7,700 トリートメント(1000g)¥9,900
- 【デミドゥ】
- ・シャンプー(1000ml)¥6,930 トリートメント(1000g)¥6,930

日	月	火	水	木	金	土
<b>12月ご予約について</b> 大変混雑することが予想されますので <b>早めにご予約頂くことをお勧めいたします</b>					1 平野 足立・島津 水谷・橋本	2 平野・島津 橋本
3 足立 島津・入江 水谷・橋本	4 平野・足立 島津	5 定休日	6 足立・島津 水谷・橋本	7 平野・足立 島津・橋本	8 平野 足立・島津 水谷・橋本	9 平野・島津 入江・橋本
10 足立 島津・入江 水谷・橋本	11 平野・島津 橋本・上山	12 定休日	13 平野 足立・島津 水谷・橋本	14 平野・足立 島津・橋本	15 平野・足立 水谷・橋本	16 平野・島津 入江・橋本
17 足立 島津・入江 水谷・橋本	18 平野・足立 橋本	19 定休日	20 平野・足立 水谷・橋本	21 平野・足立 橋本	22 平野・足立 水谷・橋本	23 平野・入江 橋本
24 足立・入江 水谷・橋本	25 平野・足立 橋本・上山	26 定休日	27 平野・足立 水谷・橋本	28 平野・足立 橋本	29 平野・足立 水谷・橋本	30 平野・足立 橋本
31 臨時休業	<b>【お客様にお願い】</b> 多くのお客様にご不便なく予約をお取り頂くために <b>直前のキャンセルは極力お避け頂き、予約時間厳守でご来店頂きますようお願い致します</b>					

日	月	火	水	木	金	土
	1 臨時休業	2 定休日	3 臨時休業	4 臨時休業	5 平野・足立 橋本・水谷	6 平野・島津 橋本
7 足立・島津 橋本・水谷	8 平野 足立・入江 橋本・上山	9 定休日	10 平野・足立 橋本・水谷	11 平野・足立 島津・橋本	12 平野・足立 橋本・水谷	13 島津・入江 橋本
14 足立・島津 橋本・水谷	15 平野・足立 橋本	16 定休日	17 平野 足立・島津 橋本・水谷	18 平野・足立 島津・橋本	19 平野・橋本 水谷	20 平野・島津 入江・橋本
21 足立・入江 橋本・水谷	22 平野・足立 橋本・上山	23 定休日	24 平野・足立 橋本・水谷	25 平野・足立 橋本	26 平野 足立・島津 橋本・水谷	27 平野・島津 入江・橋本
28 足立 島津・入江 橋本・水谷	29 平野・足立 島津	30 定休日	31 平野・足立 島津・水谷			



**PREGO [プレーゴ]**

- 住所** 〒669-1321  
三田市けやき台1-11-2  
神戸三田ホテル2F
- 営業時間** 10:00~18:00
- 定休日** 毎週火曜日
- 駐車場** ホテル内駐車場  
(無料でご利用頂けます)
- URL** <http://www.hs-prego.com>
- ブログ** <http://ameblo.jp/hsprego/>
- 予約受付** ☎ 0120-53-2063



神戸電鉄ウッディタウン中央駅前 ザ・セレクトンプレミア 神戸三田ホテル2階