ルーチェグループ Monthly 12

おさんぽマルシェ

●12月は肌を老化させる!?

12月のお肌は乾燥しやすいのは
もちろんの事、 寒さゆえに
血行が悪くなります。
すると 新陳代謝が乱れ、
肌の衰えを早めてしまいます。

●老化させない方法とは？

頭皮やお顔のマッサージを取り入れ
血液の流れを良くしてあげると
良いでしょう。
お顔のマッサージを
自分でやる時は
あまり圧をかけずに
お肌の2㎜下の
リンパを流すように
するのがコツです。

自分ではやらないって方は
プロの手に委ねるのもいいですね。

ヘアールーチェ
おとなレーベル佳代です。

ルーチェおとなレーベル

住所　岡崎市柱4-8-28
電話番号　0564-53-7030
(完全予約制)
定休日　毎週　日・月・祝日
営業時間　9時～17時

受験生のお子様がいらっしゃる方も
多いと思いますが…
そういう私もその1人(˘ω˘)

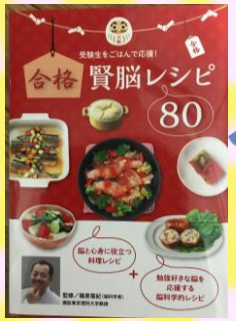
白髪染カラー専門店
ヘアカラーカフェL.上地店
店長　山下です♪

季節が変わる度に緊張感も高まり
ピリピリ、イライラ度合いが
深まる息子を見て
何が出来る訳でもなく…

母がやってあげられる事と
いったら塾の送迎、
あとはひたすら美味しいご飯を
せっせと作ってあげる事
くらいですかねー(ノ_<)

●ゲン担ぎと言えば…コレ‼

我が家では少し気が早いかな？
と思いつつも、己に勝つ！
プレッシャーに勝つ！
のゲン担ぎ!週1ペースで
カツカレー！カツ丼！笑笑



そんな中
こんな本を見つけ
思わず購入！！！

もっともっと
レパートリー増やして
母も一緒に
頑張るじょ(ò_ó˘)ᘐ

サクラサク春が来ますよーに(´ ω`)

カラーカフェL.上地店

住所　岡崎市上地町字向山18-1
電話番号　0564-79-9090(予約制)
定休日　毎週日曜日
営業時間　月～土　9時～17時

忘年会は是非トンガリアーノで！！

こだわりのナポリピッツァや
ピリ辛おつまみでドリンクが進む！

清潔感のある店内と

元気なスタッフが待つ
トンガリアーノで
今年最後の会を
楽しもう♪

しばっちゃん　店長

岡崎No.1の笑顔を
提供するスタッフで
お待ちしております!!!

トンガリアーノ岡崎駅前店

場所　JR岡崎駅東口の目の前、
ファミリーマートと大正水産の間
電話番号　0564-55-6500
定休日　月曜日定休
営業時間　１7:30～24:00(23:00LO)

私の地元、佐世保のオススメグルメ紹介(^O^)／

ルーチェ本店
ビューティーセレモニストの
湯浅です！

私は長崎県佐世保市の田舎で生まれ、高校卒業まで住んでいました。そこで、地元の美味しいグルメを今回は、紹介したいと思います‼

Sutamina本舗Kayaバーガー

佐世保といえば、佐世保バーガーですよね！
場所によって味付けが違ったりするので、特にオススメなのがココです！野菜たっぷりでお肉もジューシーで食べ応え抜群！！(＊´艸｀)
他のお店と違いバンズもしっかり焼いてあってカリカリ食感を楽しめますよ。皮ときポテトもBIGサイズで味付けも最高ですよ♪

長崎県佐世保市大和町113-2

玉屋のサンドイッチ

自家製食パンに玉屋特製の
甘みのあるマヨネーズソースと
ハム・きゅうり・たまご・トマト・レタス
が合わさってやみつきになります♡

長崎県佐世保市栄町2-1　佐世保玉屋１F
Larvie en rose（ラビアンローズ）
佐世保中央駅から159m

アニーおばさんのチーズケーキ

ハウステンボスのお土産としても有名なチーズケーキですが、特にチーズケーキ好きにはたまらない濃厚なチーズの甘みとコクが絶品ですよ‼♡
ハウステンボスはもちろん、
佐世保駅でも買えるので
お土産に最適ですよ(*^^*)

ルーチェ本店
住所　岡崎市柱4-3-17
電話番号　0564-58-7290(完全予約制)
定休日　毎週月曜・火曜日
営業時間　水・木　9:30～18:00
金　13:00～21:00
土・日　9:30～19:00

ヘアールーチェ
本店　大須賀
オススメ

西尾にあるおしゃれカフェ「fico」

店内もとてもお洒落で、
置いてあるもの
1つ1つが
とてもかわいくて
テンションが
上がります♪

ランチは1種類しか
ないんですが、
色んな品数が食べれて、
味も優しい味付けで
とても美味しいんです♡
（売り切れたら終了です）

一緒に頼むことのできるデザートも美味しくて
食べるととても幸せな気分になれます♡
とても人気店で予約は必須になります！
ぜひ行ってみてください♡

fico
住所　愛知県西尾市吉良町下横須賀七ツ山59-10 TEL　0563-65-6221
時間　火・金11:00～16:00
土11:00～17:00
定休日　日曜日、月曜日