

25 チャンネル

みなさんこんにちは。やっと寒い冬がきましたね。このところ気温の変化が激しくてついていけない感じです。これから、インフルエンザに花粉症と大変な時期になります。体には気をつけて、楽しい日々を送りましょう。

担当：佐野秀幸・本山絵里



キャンペーン情報



3/23（水）～4/15（金） KIDS キャンペーン

★平日限定・親子で施術なら

KIDS カット半額

★KIDS だけ施術なら

¥1,000 OFF

3/23（水）～4/30（日） 選べるチケットプレゼント (有効期限 H28.9/30迄)

★割引チケット(¥3,000分)

★トリートメント3回半額チケット

★ヘッド"キュア"3回半額チケット

5/4（水）～6/19（日） パーマキャンペーン& ヘアケア商品 30%OFF

★ パーマ料金 20%OFF

★ヘアケア商品 30%OFF

Van Sun Canのお休み

- | | | | | |
|-----------------------------|-------|------------|-------|--------------|
| 3月 1日・7日・14日・15日・21日・28日 | 本山プラス | 6日・20日・27日 | 長澤プラス | 13日 |
| 4月 4日・5日・11日・18日・19日・25日 | 本山プラス | 10日・24日 | 長澤プラス | 3日・17日・29日 |
| 5月 2日・3日・9日・16日・17日・23日・30日 | 本山プラス | 8日・22日・29日 | 長澤プラス | 1日・4日・5日・15日 |

VSC BLOG

今年の初新聞なのでみんなに
「2016年の抱負」聞いてみました。



自己管理
休日を上手に使う！！



今年はトレンドを勉強します。
あと、目標・計画・実行!!



USJ に行ってハリーポッター
の世界を堪能する☆



ペーパードライバー脱出
まずはゴーカートから練習
します。



筋肉をつける！
特に腹筋！！



婚活っ！！(笑)
とりあえず彼氏ほしいな



ダイエット
-5kgに挑戦



<豆知識>

今年注目されているトレンドフードの中から気になるものをピックアップしてみました～

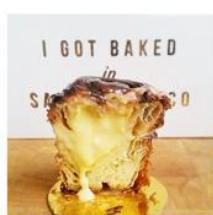
ドラットコーヒー

★窒素を使い、まるでビールのように
トップにクリーミーな泡がのった
アイスコーヒー



クラフィン

★『クロワッサン』生地を
『マフィン』型に入れて焼いた
ハイブリットスイーツ



ベジヌードル

★野菜を麺のように細長くスライス
して食べる料理。ズッキーニ・
にんじん・かぶ・じゃがいもなどを
パスタ・サラダ・フォーやフライに
してスナック感覚で！！



コオロギ食（昆虫食）

★ハチの幼虫・イナゴなど、
昆虫を食べること。世界の食料
不足が進む中でとても注目されて
いる食材。高タンパク質・ビタミン
ミネラル・食物繊維が多く栄養価が高い。