



2021 年 11 月

いつもありがとうございます。インザブルームの沈ユミです。

「読書の秋」ですね。昔から歴史書を好んで読んでいましたが、経営する立場になってからは手に取る本も少し変わっていきました。迷いや行き詰まりを感じたときは、偉業を成し遂げた先人の本を読み、心を鎮めています。そのなかでも 2014 年に読んだ「超訳 吉田松陰 覚悟の磨き方」は私にとってバイブル本となりました。当時一番心に響いた一節をご紹介します。

【すぐに育つものではない】

「人を育てなさい」ということは、「一晩で別人のように変えなさい」ということではありません。思いやりと一貫性のある正しい態度を、沐浴のようにじつくりと浴びせ、染みついていたものが自然と流れていくのを待ちましょう。そして本人も気づかぬうちに、悪いものから遠ざかり、良いものへと移っていく。その様子を近くで見守り続ける、できることはただそれだけなのです。

この一節を読んだとき、全てのスタッフに対して、一貫性のある態度で愛を注ぎ続けて行こう、と強く心に刻みました。それから 7 年、今では私がスタッフから沢山の愛をもらっています。日々スタッフに感謝です。

11 月「痩身エステのキャビテーションとは？」

本来キャビテーションとは「空洞現象」という物理現象をあらわす言葉です。

美容業界のキャビテーションは、脂肪細胞のみに反応する超音波を使用して、体内に微小な泡を発生させ、その泡が弾けた衝撃波で脂肪細胞を破壊する美容マシンの総称をいいます。

メスを使わない脂肪吸引とも言われています。

【キャビテーションの効果】

- ① 脂肪細胞自体を破壊するためリバウンドしにくい
- ② むくみ、セルライトの軽減
- ③ キャビテーションにより乳化された脂肪組織はより効率的にエネルギーとして消費される

痩身は結果が命です。サンティドールのキャビテーションはラジオ波と EMS がついている複合機です。脂肪細胞を破壊しながら、ボディ引き締めと老廃物排出を同時に促進できるため、効率よくサイズダウンできます。キャビテーション後にマッサージを行うと痩身相乗効果が高まりよりお勧めです。