

「儲かる業」プロジェクト 2024 講習会

～ 儲けるために必要なこと ～

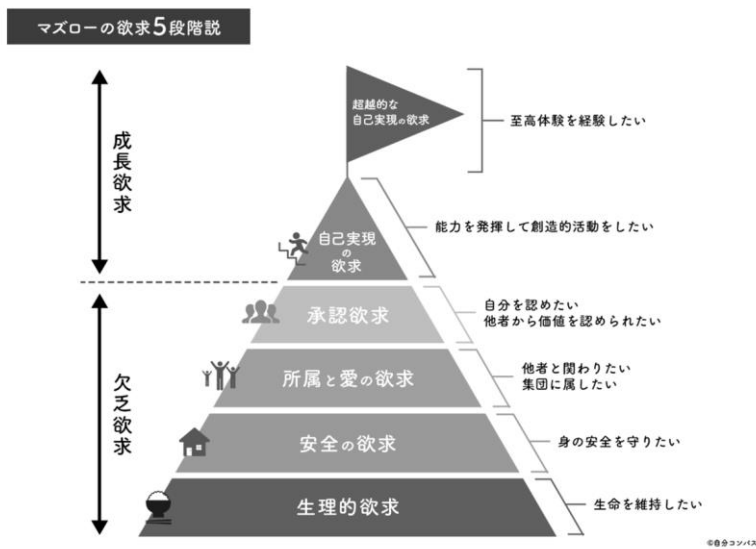
1、「儲かる業」のとらえ方

2、儲かるための QOL (Quality of life)

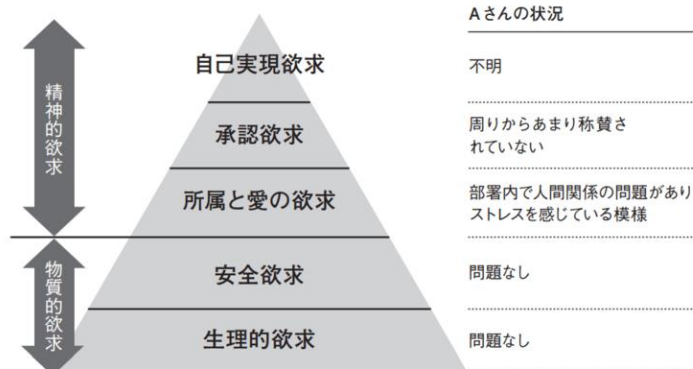
3つの質 「生命の質」「生活の質」「人生の質」

3、QOL と ADL(Activity of Daily Life)の関係性

4、マズローの欲求 5 段階説



図表33-2 マズローの欲求5段階説分析例



5、QOL を高めていくためにできること

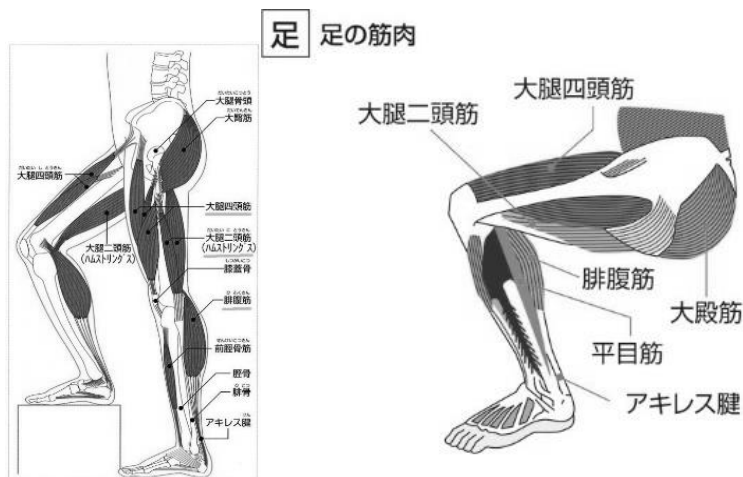
睡眠・運動・食事・生きがい・リラックス・笑い・整頓

トップ5		ワースト5	
国名	平均睡眠時間 (分)	国名	平均睡眠時間 (分)
南アフリカ	553	日本	442
中国	542	韓国	471
エストニア	530	スウェーデン	483
インド	528	デンマーク	489
アメリカ	531	アイルランド	491

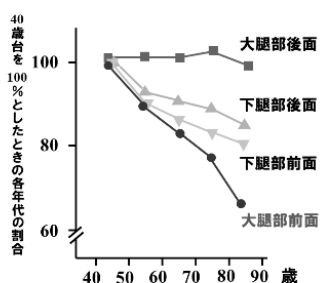
女性			
トップ5		ワースト5	
国名	平均睡眠時間 (分)	国名	平均睡眠時間 (分)
南アフリカ	557	日本	435
中国	544	韓国	471
アメリカ	538	スウェーデン	483
ニュージーランド	529	デンマーク	497
エストニア	528	ギリシャ	498

男性			
トップ5		ワースト5	
国名	平均睡眠時間 (分)	国名	平均睡眠時間 (分)
南アフリカ	549	日本	448
中国	540	韓国	471
インド	534	アイルランド	479
エストニア	532	デンマーク	482
アメリカ	524	スウェーデン	482

6、QOL と体力 (筋力)

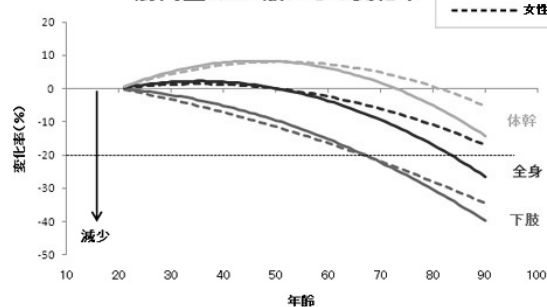


加齢にともなう下肢筋肉量の変化



(出典：広島工業大学工学部 佐藤広徳准教授資料 より作図)

筋肉量の20歳からの変化率



谷本ら 老年医学2009のデータを一部改変



・ホホバオイルとは

ホホバの実から抽出したオイルです。その分子構造や、豊富な栄養素を含有する特徴から、すべての肌質に合う「美容液」「保湿液」として理想的と言われています。また、半永久的に腐らないと言われるほど安定性が高く、70℃以上の高温で4日間熱し続けても品質変化がなかったという実験結果があるほどです。しかし、冬季など低温の場合ワックス成分が多いホホバオイルの凝固点(凍る温度)は約10℃前後となっていますので、冬場はどうしても固まってしまいます。一度全部固まってしまうとなかなか溶けにくくなります。ホホバオイルが固まってしまった場合は、35℃から40℃くらいのぬるま湯で湯煎をしてください。(電子レンジや直火での加熱は非常に危険なので、絶対にしないでください。)元々はアメリカ合衆国南西部からメキシコ北部の先住民がその効果に着目し、ホホバオイルを「金の液」と呼び、肌や髪など、様々な目的に使用していました。今ではその優れた効果が世界中で認知される様になりました。ホホバ(jojoba)と言う名前は、スペイン語からきています。ホホバオイルは、腐敗しにくい、酸化しにくいという特徴を持っています。肌の保湿、肌荒れだけでなくヘアケア、育毛にも。老化=細胞の酸化、なのです。

・ホホバオイルの選び方

透明ではなく「金色」のオイルを選んでください。生産効率を上げるため加熱処理で精製された透明なホホバオイルは、ビタミンなどの有効成分が壊れてしまっています。しかし非加熱のコールドプレスで抽出された、鮮やかなゴールドのホホバオイルは、天然トコフェロール、アミノ酸、ミネラル、ビタミンA、ビタミンD、ビタミンEが豊富に含まれています。また、ホホバオイルは、冷蔵庫で保管していただく必要はありません。直射日光の当たる場所や激しく高温になる場所などを避ければ夏場でも常温保存で大丈夫です。

ホホバオイルは、下記のような方に最適です

- ・肌が乾燥する、荒れる
- ・フケが気になる
- ・シミ、くすみが気になる
- ・しわ、たるみが目立つ
- ・ニキビや吹き出物が気になる
- ・かゆみを伴う肌のガサつき
- ・髪がぱさつく(ヘアケア)
- ・抜け毛が気になる
- ・日焼けによる肌荒れ



ホホバオイルを使用する理由

・肌の乾燥に最適

(ホホバオイルに含まれるワックスエステルが肌を守るバリアとなり、潤いを保ち、肌荒れを防ぐ)

乾燥肌や荒れた肌は、皮脂を分泌する力が極端に低下してしまっています。本来皮脂にはワックスエステルという成分が含まれており、これは外界からの異物の進入を防ぐバリア機能と同時に体内から水分及び電解質の損失を防ぐ保湿機能があります。その皮脂が分泌されないとさらに肌が乾燥し、荒れてしまいます。

ホホバオイルにはこのワックスエステルが多く含まれています。肌や髪に不足しているワックスエステルを補充し、乾燥や異物から守り潤いを保つ事により、肌荒れを防ぎ、肌や髪に本来のツヤとハリを与えます。

・かゆみを伴う肌のガサつきに最適

一般的にホホバオイルには、殺菌・抗菌作用があり、細菌やウイルスの繁殖を抑制する作用があるとされます。最近では無差別な殺菌効果を発揮するアルケミカルな殺菌剤は、むしろ有害という考え方も支持されつつあり、適度な抗菌作用でバランスの良い状態を維持してくれるオイルだからこそ、ホホバオイルは日常かつ長期間使用でき、それゆえ人気があるオイルと考えられています。

黄色ブドウ球菌がアトピーの炎症を起こす大きな原因のひとつであると言われていたのですがミシガン大学のテストでは「カンジダ菌、ブドウ球菌アウレウス(黄色ブドウ球菌)やシュードモナス菌を含む、一般的な皮膚に悪影響を及ぼす細菌のうち5つが、ホホバオイルの中で生き残ることができない」ことを、ポートエリザベス大学ではホホバオイルの細菌破壊力を研究したところ、「ホホバオイルはブドウ球菌やシュードモナス菌を1時間15分以内に破壊した」ことを発表しています。肌荒れはもとより、にきびや吹き出物、細菌が主な原因と言われているかゆみを伴う肌荒れのスキンケアにおいてホホバオイルは理想的なケアオイルとされています。

・しみ・くすみ・しわ・たるみに最適

(酸化を防ぐ特徴と多量に含まれるビタミン群はお肌ケアに有効)

肌の加齢による衰えは、言い換えると、細胞が酸化するという事です。例えばリンゴの皮をむいてしばらく置いておくと茶色になりますが、それと同じように細胞が錆びていくという事です。ホホバオイルは高級化粧品に天然の防腐剤として配合される程、酸化を防ぐ特徴がある事で知られています。また、非加熱のゴールドプレスで抽出されたホホバオイルには多量の生きたビタミン群が含まれています。ビタミン群は肌の新陳代謝を促し、肌の血流を良くする働きを助けてくれるので、肌のしわやたるみを防ぐと共に、メラニン色素の生成と排出のバランスが保たれ、シミ・くすみを防ぐと言われています。

・髪のパサつき、抜け毛ケアに

(素早く浸透し頭皮の古い皮脂をとり皮脂分泌を正常に戻す)

ホホバオイルは、日常的に生じるドライヤーの熱や紫外線・乾燥から髪を守ります。さらに傷んだ髪のダメージケアに最適です。ホホバオイルに含まれるワックスエステルが髪をコーティングし、十分なビタミンなどの栄養素を与える事でべたつかずサラサラな天使の輪をもたらします。また、頭皮の皮脂が過剰に分泌されると、髪の毛の出口である毛穴をふさぐ原因になってしまい抜け毛が増える事につながってしまいます。過剰な皮脂は、毛穴の中で健康な髪の毛を育てる事を邪魔してしまうのです。頭皮の老廃物を除去し頭皮を柔軟にすることができるホホバオイルは、頭皮に溜まった余分な皮脂を除去し、皮脂コンディションを正常な状態へと導くと共に、新陳代謝を高めると言われています。頭皮、地肌の継続的な健やかさを保つことが抜け毛ケアには欠かせません。

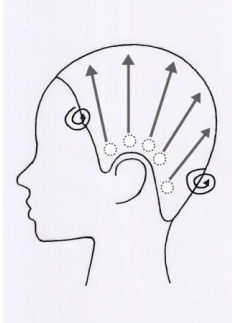
プチヘッドスパ テクニック マニュアル

(スタンドシャンプー&ヘッドマッサージ応用編)

プチヘッドスパ(ヘッドマッサージ)の3大重要ポイント

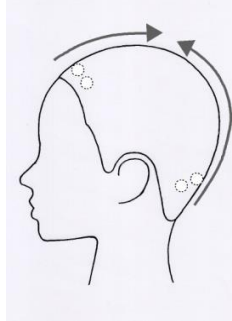
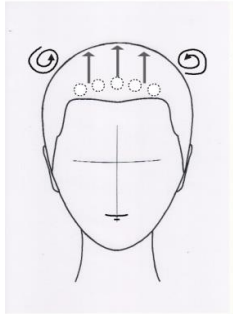
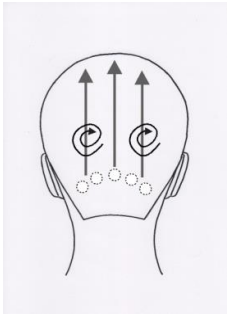
1、やさしく 2、ゆっくり 3、軽く

1、両サイドの柔捻



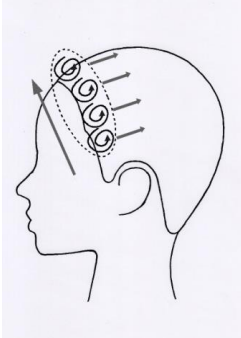
両手の指で軽く柔捻しながらトップまで行います
女性など手のひらが小さい方は前後にわけて行います
軽くやさしく運行して下さい

2、フロント・トップ&後頭部の柔捻



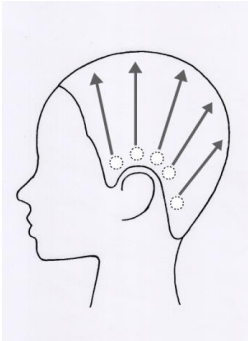
フロントからトップ、バックからトップ
同時に運行していきます
肘をあげてゆったりとした姿勢で行いましょう

3、こめかみからフェイスラインへの柔捻



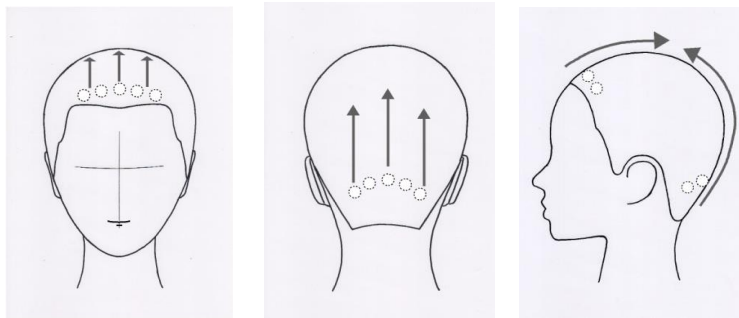
こめかみからフェイスライン中央まで行います
柔捻が終わったらそのままの状態
でリフトアップする感じで軽く引き上げます
運行が早すぎないように注意しましょう

4、両サイドの軽擦スライド押し上げ



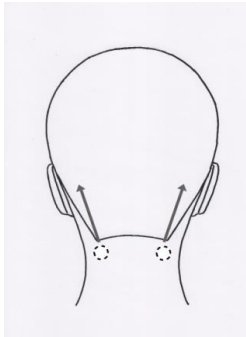
指で軽く圧をかけながらゆっくり押し上げます
軽く、やさしく運行しましょう

5、フロント・トップ&バックの軽擦スライド押し上げ



フロントからトップ、バックからトップ
同時に運行していきます
肘をあげてゆったりとした姿勢で行いましょう
力を入れすぎないように注意しましょう

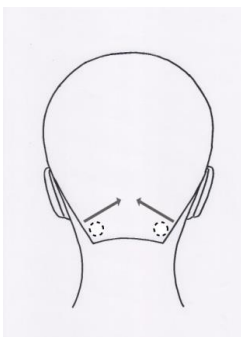
6、首すじの押し上げスライド



5回行います

首筋にそって指圧しつつゆっくりと
押し上げながらおや指でスライドしていきます
強すぎないように注意して下さい

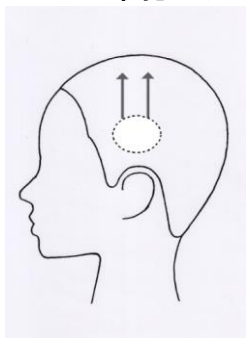
7、頭骨下部の押し上げスライド



5回行います

後頭下部のぼんのくぼまでのラインを
ゆっくり指圧しながらおや指でスライドします
指の腹で軽く行って下さい

8、両サイドの手のひらで柔捻圧迫



3回行います

手のひらで圧迫しながらリフトアップします
圧迫しすぎないように注意して下さい
ゆっくりと行いましょう

これで1クール終了になります

ヘッドスパは「やさしく」「ゆっくり」「軽く」がポイントです
つつい早く強くなってしまうがちですので注意しながら施術しましょう
いつものシャンプーやマッサージをレベルアップする事で
お客様に理容店ならではの気持ちのいい「癒し」を体験していただきましょう！！



IT 活用事例 (HairCutSquare なつめ)

無料レジアプリを使った顧客管理で売り上げアップ！！

さらに記帳の手間を省いて時間を節約 自分の時間を増やして QOL も向上させよう

※QOL Quality Of Life 「生命や生活の質」

WHO 定義「個人が接している文化や価値観で、目標・基準・関心などに関係する自分自身の人生に対しての認識」

QOL 3つの質 1、心身ともに健康であるか 2、自立した生活できるか 3、社会と関わりを持っているか

QOL を損なわないために必要なこと 1、人との関わりを持つ 2、適度に運動する 3、食生活を充実させる

1, Air レジ (無料レジソフト) リクルート社



- ・ 無料 ・ 売上管理 ・ 売り上げ分析 ・ 顧客管理
- ・ 関連サービスとの連携 (Air ペイ ・ 弥生会計オンラインなど)
- ・ キャッシュレス対応、地域クーポン対応

Air ペイと連携 手数料/年 (タッチ決済 3.24% ・ 交通系 2.95% ・ QR コード決済 2.95%)

Air ペイ使用せず paypay 決済だけ使用なら 1.98%/年

2, 弥生会計オンライン (クラウド型会計ソフト)



- ・ 初年度 1年間無料 ・ IT 導入補助金対象商品
- ・ スマホカメラで簡単レシート取込 (電子帳簿保存法) 対応
- ・ スマホアプリで操作可能 ・ Air レジ連携 ・ 銀行口座連携

・ セルフプラン通常 27,800 円 (税抜) /年 ・ ベーシックプラン通常 37,600 円 (税抜) /年

3, IT 導入補助金 (サービス等生産性向上 IT 導入支援事業)



- ※ソフトウェア ・ ソフトウェア購入費 ・ クラウド利用料 (最大 2 年分)
- ※オプション ・ 機能拡張 ・ データ連携 ・ ツールセキュリティ
- ※役務 ・ 導入コンサルティング ・ 導入設定 ・ マニュアル作成 ・ 導入研修
- ・ 通常枠 150 万円以下 1/2 以内
- ・ インボイス枠 50 万円以下 3/4 以内 (PC 等は 1/2 以内)



2024&2025 秋冬の限定メニュー



ホホバオイル（オーガニック一番搾り）を使用した

シャンプー前の **プチヘッドスパ** はじめました！！



PRICE
各メニューに **+ 550円**
(税込み)

こんな方にオススメします！！

★ 抜け毛が気になる方 ★ お肌が乾燥し、潤いが欲しい方

★ ふけ・かゆみ等の頭皮の悩みを改善したい方 ★ 髪にハリ・コシ・ツヤが欲しい方

ぜひお試しください！！



←INCAホホバオイルの情報はコチラ

