

1. 大村の夏を乗り切る！熱中症対策3つのポイント

7月に入ると梅雨が明け、一気に気温が上昇します。体が暑さに慣れていないこの時期は、特に熱中症への警戒が必要です。



- 「のどが渇く前」に水分補給 のどの渇きを感じた時点ですでに体内の水分が不足し始めています。外出時だけでなく、室内にいるときも枕元や机の上に飲み物を置き、時間を決めてこまめに水分を摂りましょう。
- エアコンを上手にを使って室温をキープ「まだ大丈夫」という我慢は禁物です。室温が28度を超えないよう、エアコンや扇風機をためらわずに使いましょう。特に夜間の熱中症にも注意が必要です。
- 塩分も忘れずに 大量に汗をかいたときは、水だけでなくスポーツドリンクや塩飴などで適度な塩分補給を心がけてください。

水分補給

2. 地元の旬を味わう！夏バテ予防メニュー

大村の豊かな自然で育った夏野菜は、水分とカリウムが豊富で、体にこもった熱を逃がしてくれる働きがあります。



おすすめ食材：大村産トマトとキュウリ



【簡単！夏野菜のさっぱり和え】

- 作り方：一口大に切ったトマトとキュウリを、少量の塩、ごま油、お酢で和えるだけ。
- 健康メモ：お酢に含まれるクエン酸には疲労回復効果があり、食欲が落ちがちな夏でもさっぱりと食べられます。

3. 今月の健康ワンポイント：質の良い睡眠を

暑さで寝苦しい夜が続くと、体力が削られて夏バテの原因になります。

- 就寝前のスマートフォンやテレビの画面は控えめに（脳が覚醒してしまいます）。
- ぬるめのお湯（38℃～40℃程度）にゆっくり浸かると、自律神経が整い、深い眠りに入りやすくなります。

暑い夏ですが、無理をせず元気に過ごしましょう！



LIFE CANBEE CARD リニューアル新規入会受付中！！

入会費、年会費無料！！

いつでも10回払いまで手数料無料

ポイントサービス新規入会1.5倍

誕生日月ポイント3倍

キャンビーJCB CARDも新規会員受付中！！



STUDIO FRASH!

NEWS PAPER



7月(文月)

日頃より格別のご愛顧を賜り、心より御礼申し上げます。このたびスタジオフラッシュでは、限られたお客様のみをご招待し、「プレミアムサマーセール特別招待会」を開催いたします。静かに上質を愉しむひとときを、どうぞお過ごしくださいませ。

【ご招待のお客様へ 特別にご用意したおすすめアイテム】

- 麻素材ビューティーラインパンツ | 特別優待 30%OFF 上質なりネンがもたらす涼やかな肌触りと、自然な落ち感が魅力。縦ラインを美しく整えるシルエットで、脚をすっきりと見せる一本です。夏の装いを“軽やかに、そして上品に”仕上げる、特別なシリーズ。
- 涼感ワンピース | 特別優待 30%OFF しなやかなシルエットが、夏の佇まいに気品を添えます。
- 綿・麻プレミアムトップス | 特別優待 30%OFF 天然素材のやわらかさを極めた、肌に寄り添う上質な一枚。
- エアリーカーディガン | 特別優待 30%OFF 軽やかで品のある羽織り心地が、夏の外出に安心を添えます。

本ご案内は、ご招待のお客様のみにお届けしております。ゆったりとお選びいただけるよう、店内も特別仕様にて整えております。

また今回は、日頃のご愛顧への感謝を込めて、「1,000円クーポン」を同封しております。特別優待価格とあわせて、ぜひお好みの一着をお選びくださいませ。

プレミアムサマーSALE 30%OFF
1,000円クーポン付き

7月10日(金)～8月31日(月)までご利用出来ます。
「おおむら応援まちトク商品券」と一緒にご利用ください。
お得です！！

STUDIO FRASH!

<http://canbee.jp/>

0957-54-5005

2026

STUDIO FRASH!

Vol 110



iBLUES ワンピ ¥59400

G ANOSCH[gustar]
パンツ ¥16500

COMME UNE FEMME
Tシャツ ¥10780

DUG standard INCIPIT
レッド バック ¥15400

NOUBEL VOUG
ロファームジュール
¥12980

+++&GganoschVカー
¥16280

+++&Gganosch.
プルオーバー ¥14300

+++&Gganosch.
ワイドパンツ ¥15400

Plaisirキャップ ¥4190

les basiquesバック
¥33000

NOUBEL VOUG RELAX
シューズ ¥12980



pot-au-feu シャツ
ジャケット ¥10780

I BLUES. ワンピ ¥59400

I BLUES. パンツ ¥15180

Plaisirキャップ ¥4290

les basiques. バック
¥33000

NO NAME シューズ
¥31900



+++ & G ganosch
オーバーシャツ ¥17600

Plaisirキャップ ¥4290

Le courTシャツ ¥8690

DUG standard INCIPIT
バック ¥19800

トートバック ¥27500

NOUBEL VOUG
シューズ ¥12980



SUMMER COLLECTION



Plaisir キャップ ¥4290

G ANOSCH[gustar]
サマーカーディ ¥12100

IN THIS LIFE
Tシャツ ¥5390

セミワイドパンツ ¥11880

les basiquesバック ¥33000

NO NAMEシューズ ¥27500



BLUE FRONCE シャツ
ブラウス ¥18480

Plaisir. キャップ ¥4190

BL VIEWL. Tシャツ
¥8690

BL VIEWLデニム
¥15180

DUG standard
INCIPIT. バック
¥19800

NO NAME シューズ
¥27500

COMME UNE FEMME
カットカーディ ¥16500

DUG standard INCIPITE
バック ¥19800

DUG standard
INCIPITE. トートバック
¥13200

Plaisirアームカバー ¥3190

RESPIGHI リネンパンツ
¥17600

NOUBEL BOUG. シューズ
¥11990



BLUE FRONCE
パーカーブルゾン ¥16500

BLUE FRONCE
ヒッコリーワイドパンツ
¥18480

Plaisirハット ¥4190

DUG standard INCIPIT
バック ¥26400

Goki. タンクトップ
¥10450

NOUBEL VOUG RELAX
シューズ ¥11990

G ANOSCH [gustar]
ジャケット ¥20900

PRIORIOTY ジャンドレ
¥19800

Plaisir. キャップ ¥4190

DUG standard INCIPIT
バック ¥22000

斜めバック ¥19800

NOUBEL VOUG
サンダル ¥11990

STUDIO Frash!

Cambee.

プレミアムサマーSALE 30%OFF
1,000円クーポン付き

ニュースレターに同封の1,000円クーポンは、7月10日(金)
~8月31日(月)までご利用出来ます。
「おおむら応援まちトク商品券」と一緒にご利用ください。
お得です!!