

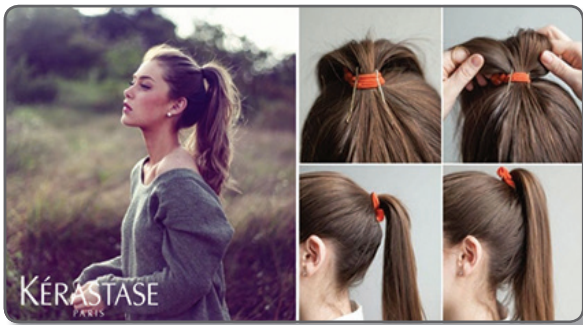
# 시원하게 드러내자! '포니테일' 스타일링

여름철, 치렁치렁한 긴 머리카락이 거추장스러워 '확 잘라버려?' 같았다면 포니테일 스타일링을 활용하자. 목덜미를 덮고 있는 머리카락만 묶어도 시원함을 느낄 수 있다.

네이버 블로거 '케라스타즈'가 포니테일 연출법을 소개했다.

### ◇ 포니테일의 매력

여성의 매력은 예쁜 얼굴만 있는 것이 아니다. 흐르는 듯 빛나는 머릿결 혹은 선이 고운 손가락, 부드러운 목선 등 여성미를 살릴 수 있는 실루엣은 여성의 매력을 극대화 시켜준다. 포니테일은 이런 여성성을 드러내기에 좋은 헤어스타일이다.



### ◇ 발랄 상큼, 하이 포니테일

발랄하고 상큼한 포니테일의 완성은 뒤통수까지 정수리 가까이 높게 묶어주는 것이다. 하지만 머리숱이 많은 경우 아무리 높게 묶는다고 해도 시간이 지나면 슬금슬금 아래로 내려오기 마련이다. 높게 묶어 볼까 싶어 얼굴부터 머리끝까지 머리카락을 쓸어 올려 묶어 보아도 두피만 당겨질 뿐 높이는 그대로인 포니테일이 원망스러웠다면 '실핀'을 이용해서 포니테일을 묶어보자. 머리카락을 가지런히 정리해 한쪽 방향으로 높게 올려 묶은 뒤 뒷머리근에 지지대처럼 실핀을 두개 꽂아주면 상큼 발랄한 스타일의 포니테일이 완성된다.



### ◇ 길게 더 길게, 페이크 포니테일

왜 나는 길고 가늘게 하늘하늘한 여성스러운 포니테일이 안 되는거지? 하고 고민했다면 페이크 포니테일을 시도해 보자. 머리카락이 짧아도 길고 세련된 포니테일을 완성할 수 있다. 페이크 포니테일이란 포니테일을 한번만 묶는 게 아니라 위쪽에서 한번, 아랫쪽에서 한번 이렇게 두번 묶어주는 포니테일이다. 이렇게 하면 길고 하늘하늘한 포니테일이 완성된다.



### ◇ 머리끈은 감추자, 머리카락 이용하기

머리끈을 감추면 더 예쁜 포니테일을 완성할 수 있다. 머리를 정수리 부근까지 높게 묶고 묶은 머리의 한쪽 가닥을 살짝 빼 내어 머리끈 부분부터 아랫부분까지 돌돌 말아준 다음 감고 남은 부분은 실핀을 사용해 묶음 안쪽으로 고정하면 완성된다. 머리끈을 드러내지 않고 머리카락으로 포인트를 주기만 해도 포말한 룩이나 깔끔한 정장에 어울릴 것 같은 세련된 포니테일이 완성된다.

백세건강지킴이  
세리토스,  
다우니, 롱비치,  
실비치 지역등  
노약사에게 전화주세요.



- 저렴한 가격
- 시니어 약 전문상담
- 무료 배달
- 25년 병원 임상경험

약사 노혜경  
Pharm.D.  
Board Certified  
Pharmacotherapy Specialist

확/장/이/전  
DeL Amo Blvd. 와 Pioneer Blvd.  
MART 옆

Howard  
Drugs

20141 PIONEER BLVD.  
LAKEWOOD, CA 92715  
(562) 866-6011

노약국

Your Locally Owned  
HealthMart  
PHARMACY

This pharmacy is independently owned and operated under a license from Health Mart Systems, Inc.

Beauty Land  
뷰티랜드  
미용실

Grand Opening Special

남자 헤어컷 \$8

Mon-Fri 10am-7pm Sat 10am-6pm  
예약&문의 562.393.0621  
2530 W Whittier Blvd. #1, La Habra, CA 90631

CHAPMAN CARE CENTER  
Skilled Nursing and Sub-Acute Facility

# 채프먼 케어센터

생명을 존중하고 사랑을 실천하는 요양병원

가든그로브와 에너하임의 경계에 위치한 채프먼케어센터는 99개의 침대를 보유한 숙련되고 전문화된 준급성의 시설로 환자에게 최고의 간호 및 재활 서비스를 제공하기 위해서 노력하고 있습니다.

메디케어, 메디칼, HMO, PPO 보험 받습니다. 개인 사정에 따른 캐시 플랜도 제공합니다.

전문 간호 서비스	채프먼의 특별 혜택	추가 특별 서비스
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 24시간 전문 간호사 케어</li> <li>• 단기 재활 치료 및 장기 치료</li> <li>• 링거 투여 (정맥 치료)</li> <li>• 튜브 음식 투여 관리</li> <li>• 전문 상처 관리</li> <li>• 비경구영양, 정맥영양</li> <li>• 당뇨병 관리</li> <li>• 투석전후관리</li> <li>• 근육경축/부목</li> <li>• 통증 치료 및 관리</li> <li>• 회복간호지원 프로그램 제공</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 개인실 및 2인 1실 제공</li> <li>• 전문 영양사의 전문 메뉴와 식습관 관리</li> <li>• 일상 생활 프로그램 지원</li> <li>• 모든 방에 TV와 인터넷 제공</li> <li>• 미용과 이발 서비스 지원</li> <li>• 사회복지 및 가족 지원 프로그램</li> <li>• 종교 서비스</li> <li>• 퇴원 절차 관리</li> <li>• 한국 문화 프로그램 제공 (다양한 게임과 특별한 메뉴 제공)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 약 서비스 (처방약 포함)</li> <li>• 각종 검사와 방사선 검사</li> <li>• 전문 영양사와 영양 상담</li> <li>• 치과, 청각, 검안과, 발 전문의 서비스</li> <li>• 심리학과, 정신과 서비스 제공</li> <li>• 호스피스 간호 서비스 제공</li> <li>• 위탁 간호 서비스 제공</li> </ul>
재활 치료 서비스	준급성 치료 서비스	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 물리 치료</li> <li>• 작업 치료</li> <li>• 언어와 연하 치료</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 모든 숙련된 간호 및 재활 서비스 포함</li> <li>• 호흡 치료</li> <li>• 기관절 절개 치료</li> <li>• 인공 호흡기 관리 및 치료</li> </ul>	

CHAPMAN CARE CENTER  
Skilled Nursing and Sub-Acute Facility

12232 Chapman Avenue Garden Grove, CA 92840

# 채프먼케어센터

Tel: 714.971.5517 Fax: 714.971.5701

한국인 담당 / Faith Kim(페이스킴)  
**714.469.5720**  
faithk@chapmancare.net  
입원/퇴원 수속에 관한 문의는 연중 무휴 팩스 가능