

今月のオススメ商品

残暑も涼感で引き締めながら保湿をしましょう！

夏対策に、カネボウトワニーのひんやり化粧水がオススメです。

夏は皮脂分泌が多く、テカリやべとつきがき多くなり、マスクによる乾燥も、肌のトラブルのもとになります。

お肌がうるおっているように見えても、肌の水分がうばわれ、インナードライ（角層の水分がうばわれた状態）になってしまいます。

毛穴をひきしめながらしっかりうるおいをあてるケアが大切です。

過剰な皮脂を抑え、さらさら肌に仕上げ、肌のほてりを鎮め、うるおいを補給します。



トワニー トーニングコンディショナー ¥5,000(税抜)
トワニー ゼリーウォーター ¥3,000(税抜)

- ★見た目にも涼しげなブルーのボトル！
- ★ひんやり心地よくすっとなじむ！
- ★爽やかに爽やかなペパーミントとグリーンハーブの香り

今月の推奨品ビタミン含有保健薬

残暑はありますが、だんだんと季節は秋に向かっていきますね。夏の暑さによる疲れ、不眠などにより体は秋になって疲れがドッと出てきやすいです。

これは秋バテと呼ばれ、体調を崩しやすくなり注意が必要です。十分な栄養を摂ったり、睡眠をしっかりとったり、入浴で体を温めるなど体を労わりましょう。

今回は秋バテにもおすすめの1品をご紹介します。

○若甦インペリアルソフトカプセルα

3種類の動物性生薬(ゴオウ・ロクジョウ・インヨウカク)に6種類の植物性生薬(コウジン・カイクジン・オウギ・カシュウ・ガラナ・オキソアミジン)をバランスよく配合。その他、ビタミンB1・B2・B6・ビタミンEを配合。

なかなか疲れがとれない方、体が重いなどの症状の方に特にオススメです。

(用量・価格)

10カプセル	1,500円(税抜)
60カプセル	8,000円(税抜)
120カプセル	15,000円(税抜)
240カプセル	25,000円(税抜)

(用法・用量)

1日 2カプセル×2回



健康「フム」 【養生のススメ】

養生とは何となく健康を維持するための行動や習慣のことです。季節や生活環境、生活習慣などによって心身の状態は常に一定ではなく日々変化しています。養生とは日々変化する心身の健康のために生活の中でできる工夫です。

健康を維持するために必要な3つのこと①②③
① 健康に必要なことを生活に取り入れる
② 私たちの心身は十人十色、健康になるための方法もそれぞれです。自分の体質、体形などを踏まえることが大切です。また健康になるためには正しい知識が大切です。例えばお水を毎日「リットル飲む」と体に良いと聞いたことはありませんか？しかし「これは毎日たくさん汗をかく仕事をしている人にとっては良いですが、そうでない人には当てはまりません。冷え性の人は冷えが強化してしまいます。なぜ良いのか？悪いのか？という疑問が必ずあります。自分に合っていない方法は養生にはならないというわけです。

③ 風邪の養生法としては、手洗い、うがい、マスクをする、十分な睡眠、休養をとる、身体を温めて免疫力が下がらないように可能なバランスの良い食事で栄養を摂るなどといったことが大切です。それでもくしゃみ、鼻水、せき、痰といった風邪の諸症状が出てきたら、早めに感冒薬も服用するという心掛けが大切です。それでも症状がよくならない場合は医療機関へ受診するということが大切です。自分の身体は自分の心掛け次第で予防可能です。

現代人の多くが低体温者であると言われております。身体を温める滋養強壮剤市販品はたくさんありますが、「相飲」ください。