

せりの通信



May 5号

今月も
よろしく
お願ひ致します。



五月病に
注意しましょう

コロナ禍、2度目のGW。
ゆっくり休まれた方、
お仕事だった方、さまざま
かたじけなく思います。

GW明けから環境の変化や
ストレスが原因で、心身に不調
をきたすのが五月病です。
無気力になったり、落ち込んだり、不安感、
肩こり、めまい、不眠、頭痛、さまざまです。
五月病の症状を緩和し、アロマを取り入れて、
毎日の生活をすこやかに過ごしましょう♪



毒虫に注意!! 5~6月はハカテの
発生直前のため、刺される人が
増えてきます。

ラベンダー、スチカ精油は、抗毒作用(毒害の解毒)
があり、ハカテ、ハカテ+Iなどの毒虫に刺された時
にあすすめの精油です。
傷や火傷の時にもあすすめの精油で
アロマ救急箱にぜひ入れておいて頂きたいです。
ハカテやハチに刺された時の痛みを和らげ、
傷の治りも早めてくれます。
虫さされ、ニキヒ、呼吸器系の感染症予防にも
使うことができます。

Aroma
home doctor association

一般社団法人
アロマティックターナー協会



お守りの香り、リスキューアロマ
誰にでも不安や心配に悩む日は
ありますが、長く続くのはよくありません。
肩の力を抜きましょうか?
心を落ち着かせてくれる香り。
不安に負けず、勇気を与えてくれる
香り。あなたにとってのお守りの香り
を見つけてください。
コロナに負けず、頑張りをしましょう!



コロナ不眠
コロナ禍のストレスや不安
心で悩むことから不眠の
症状に悩む人も増えて
いるそうです。
神経を鎮めて安眠を
促す精油を使って
ジェルカスプレーを作ったり
アロマランプで香らせて、
あなたに合った使い方をしましょう!
睡眠薬に頼らずに、アロマで自然に眠り
に入るといいですね😊

アロマテラピーは、植物の香り(精油)を使って
心身の不調を癒し、健康維持に役立てる
療法です。



免疫力↑↑
精油には免疫細胞増進
作用を持つものがあります。
免疫力が低下していると
感染症にかかりやすくなり
免疫力を上げておくことも大切な要素の一つです。
いつ終わるか分からないコロナの流行で、
過ぎ去ることを希望、免疫力アップに
はげましたいですね😊

ご家庭でのアロマの活用を目指して設立いたしました。
知って得た、アロマテラピー
探って得た、アロマボックスをキャンドルに
嗅ぐだけでいい、日々のケアの利用法を
お伝えさせていただきます。
アロマティックアロマ講座には、12種類の精油を
使って作ることができる40レシピが
あります。ジェル容器などの材料と
アロマボックスも付いてきます。
毎日の生活に役立つ講座です。
指を切った! 車云! 家族のちよとした
小怪我などに大活躍します。
アロマ救急箱があると、いしの余裕も
もたらしてくれます😊
アロマのお力強さを始めてみませんか?
受講生募集中です。

スクー・V・ショウ70
アロマセリノ
〒641-0021 和歌山県和歌山市
東3-2-23
TEL&FAX 073 444 8277
OPEN 11:00 → 17:30
定休日、火・水・曜日、祝日