

せりの通信

2022年
4月号

GW
お休み 
4/29 5/3 5/4
5/5 祝日は
定休日です。



春のゆらぎ肌


春になるとお肌の調子が悪くなる方が多いようです。春は花粉や気温差と空気の乾燥が強くなる紫外線。そしてストレスもお肌に影響し調子が

イマイチにやりにくくなるよう。ゆらぎ肌が一番大切なのは保湿です。ゆらぎ肌対策に効果が期待できる精油を取り入れたスキンケアをしましょう！

優れた抗炎症作用や皮膚のバリア機能の修復に優れた「セラニウム・エジプト、ローズパイルモローサ」などがおすすめです。



良好にすることでお腹の調子を整えることが報告されているそうです。糖の吸収速度を抑え脂肪を溜め込みにくくする手助けをしてくれます。ノンカフェインが胃腸にやさしいハーブコーヒーです。

天然の抗生剤  気温差のある季節の変わり目では、免疫力が下がりがち。

オメガ3脂肪酸には1カプセルでオメガ3精油が2滴分含有され、免疫グロブリンIgA抗体を強化すると言われています。IgAは鼻や気道などの粘膜に存在する抗体で、外音からの侵入者と戦ってくれる部分です!!
オメガ3脂肪酸で身体の中からアロマで免疫UPをしましょう!

ごっちゃん、春バテしてませんか？



寒暖差、気圧の変化、ストレスなどで自律神経が乱れ、やがて体が疲れてしまい

冷たい生、肩こり、首こり、頭痛、めまい、倦怠感などの症状が現われると言われています。体を温め、疲れを回復するためには入浴が効果的です。ソイジェル入浴剤で体を Warm & Sleep

温め、リラクゼーション、良い眠りと誘ってあげよう。

冬太り？ コロナ太り？



春になると薄着になると気にしたり、お腹についてお肉のダイエットをサポートしてくれる強い効果

4コリーコーヒー 4コリーコーヒー(はコーヒー豆ではなく、ハーブの4コリーの根の部分を乾燥後煎ることによって香ばしい風味の代替コーヒーにしたり、イヌリン(水溶性の食物繊維)は善玉菌として知られているビフィズス菌を増やし腸内フローラを




春からアロマセラピーのお勉強を始めませんか？


アロマスクール生徒募集

ナード・アロマセラピー協会 アロマアドバイザーコース 理論を学ぶ、資格を取る。

アロマトピカル協会 アロマトピカル講座 実践を学ぶ、講師になる講座もあります。資料がご用意です。

アロマセリノ

 和歌山市和歌次浦
東3-2-23

 TEL 073 444 8277

OPEN 11:00 - 17:30

定休日: 火・水曜日 祝日