せりの通信

2024 6月

今月もアロマで心身共に健やかにお過ごしください。

夏の始まり梅雨の時期である6月は、気圧や気温、湿度などの変化が激しく体調を崩しやすい季節です。
この時期の体調不良は「梅雨だるい」や「6月病」などと呼ばれています。

38～40℃程度の「ぬるめのお湯」に約20分湯船に浸かりましょう！
副交感神経が働き体をしっかりと休ませることができます。
そして質の良い睡眠へと繋がります。
〔血流を良くするバスオイル〕がおすすめ♪
血行をほぐし、筋肉の緊張もほぐし肩こりや首こりも緩和、心身共に癒します。

虫刺されのケアに〔虫さされオイル〕
抗毒素作用があるラベンダー・スピカはスズメバチやいカデなどにも効果が期待でき、又瘢痕形成作用（傷口を治す働き）がトップクラスの精油です。
ラベンダー・スピカの他にユーカリレモンなど炎症を鎮める精油をブレンドしています。
夏の必需品です。ロールオンボトルで作る虫さされオイルは手も汚さずに塗ることができるので便利です。

梅雨のジメジメ、ベトベトもアロマで気持ち良く過ごしましょう♪
部屋干しの洗濯物のニオイやお部屋のニオイ、カビや湿気も気になります。
抗菌、抗真菌作用や消臭作用のあるレモンやティートゥリーを使った〔クリーンスプレー〕は洗濯物やお部屋のカビや雑菌の繁殖を抑え、さわやかな香りで気分もリフレッシュ！
梅雨のイヤな時期も香りで楽しく過ごしてくださいね♪ クリーンスプレーは天然のファブリーズです。トイレスプレーとしてもおすすめ

父の日に「お父さんいつもありがとう毎日おつかれさま」香りのプレゼントはいかがですか？

〔ティートゥリーレモンウォーター〕
デオドラントケアにおすすめです♪
加齢臭、体臭や汗の臭いを抑えます。
ティートゥリーレモンウォーターは抗菌、抗真菌、抗ウィルス作用が期待できます。
水虫など皮膚真菌症に有効です。
予防に足にスプレーをすると足のニオイも抑えます。

〔おつかれアロマバス〕
warm & Sleep
血流を促し眠りへと誘う精油のブレンドです。今日の疲れをアロマバスで癒してくださいね♪

ワンちゃんのお散歩の後の足裏消毒に〔ソイジェル泡消毒〕
お散歩あとの足裏、肉球の汚れはソイジェル泡消毒をつけて、やさしく拭いてあげてくださいね。
肉球が大豆の美容成分で潤いプクプクに♪
合成界面活性剤不使用でワンちゃんにも安心安全です。
大豆から生まれた美容・洗浄材料のセリノソイジェルはワンちゃんを洗うこともできます。

頭痛がよく起こる方が多いです。
お薬は飲みたくないんだけど痛いのが我慢できずに飲んでしまいます。頭痛を軽減するブレンドオイルがあります。〔ヘッドオイル〕
鎮痛作用や抗炎症作用、鎮けいれん作用が期待できる精油をブレンドしています。
お薬を飲む回数が少しでも減りますようにアロマでお手伝いが出来れば幸いです。

アロマ セリノ
和歌山市和歌浦東3-2-23
Tel 073（444）8277