

2017. 9

ひとしづく〜秋号〜



ごあいさつ oriental relaxation しづくの関谷です。
8月初旬は今までにないほど暑い日が続きましたね。多くの方がご来店の際に暑さから来る疲労でぐったりされていました。冷房の中にいる時間が長かったためか、体温の調整がうまくいかず、冷えもあり、この夏でもよもぎ蒸しを好まれる方が何人か。少しでも早く涼しくなると良いですね。

秋は肺を潤わせましょう。

熱いのか、寒いのかよくわからない夏を終え季節は秋に移り変わってきました。夏の疲れから食欲が落ちている状態で、乾燥の季節を迎えると気が落ちてしまい抵抗力が落ち風邪をひきやすくなってきます。それだけではなく、冬に冷えを生み出していきます。鼻に抜けるような辛味がある大根、ショウガ、

ネギや茗荷等の薬味を生活に取り入れましょう。水分の多い果物も体を潤わすためには必要になります。肌にも良い鶏肉や棗、ごま、はちみつもおすすめです。ぜひ、取り入れて健やかに過ごしましょう。



よもぎ蒸し+推拿の魅力。

暑さのせいで冷たいものを口にする機会も多く体の中は冷えて老廃物だらけ。体が重く、疲労が取れない方が多くおられます。しかし暑さの余り冷房の中にあること多く汗がかけなくなってくると水分代謝もうまくいかない。そんな方はよもぎ蒸し 40分でサラサラの汗をかいてスッキリしてから、推拿の時間 60分はぐっすりして頂くのをお勧めしています。

お知らせ

9月4日(月)松江にて漢方のお茶会開催。(詳しくは裏面)
9月22日(金)~25日(月)まで研修のためお休みします。
毎月第4金曜日は研修のためお休みします。
スクール料金改正しました。詳しくはお尋ねください。
11月11日(土)イベント出展予定。



9月4日 IN 松江 オリジナル漢方茶会



松江の新規オープン癒しのサロン【サラスパティ】さんで漢方のお茶会を開催します。胃腸に良い漢方を使って作り出したオリジナルブレンドティーです。砂糖を使っていないのに甘味を感じ美味しく健康、美容になるお茶会に参加されませんか？ご予約お待ちしております。

日時 9月4日(月)14:00~16:00
受講費 1,000円 薬膳おやつ付き
会場 松江市上乃木7丁目10-8
永原第2ビル1F 北西室
クロード洋菓子店本店隣りビル
【癒しのサロン サラスパティ】

ねぶた祭り に参加してきました。

実はこのお祭り参加自由のお祭りなのです。【ねぶたが災いを睨みつけ、跳人が跳ね飛ばす、それを囃子立てる。】3つ揃って初めてねぶた祭り。約2時間しっかりと跳ねて笑って楽しんでできました。跳人が身に着けた鈴は幸運の鈴と言われて多くの方が欲しがるのだそうです。跳ねている途中でちぎれて落ちてしまうものですが、参加していた私の鈴を数個持って帰りました。手に入れた方は更に幸運になるかも♡幸運の鈴は全て旅立ちました。お守りと一緒に1年間有効です。ぜひ身に付けてください。



伊勢神宮へお礼参り



当サロンをオープンする前に伊勢神宮荒祭宮にて祈願をしていましたので、セラピスト仲間とお礼参りに行ってまいりました。外宮、内宮両方に初めての御垣内参拝をさせて頂きしっかりとお礼をいたしました。

oriental relaxation しづく

島根県出雲市多伎町小田

営業時間:10:00~18:00

✉: shizuku.izumo@gmail.com

☎: 090-8063-5539

🌐: <http://shizuku-izumo.jimdo.com/>

