



毎日、あちらこちらでお世話になっております。毎日はお店がほとんどですが、出かけて行っは、整体と、セルフお手入会にいそしんでおります。

「身体が疲れて泣きそうやったから、来てよかった！」嬉しい声もおききいたします。

オリンピックも始まりました、毎日、感動をいただいて目はウルウルで、涙腺がゆるみます。

暑さも本番を迎えています！今年はいきなりの体温超えで、身体が慣れていないので、つらく感じますね。どうぞ焦らず、季節には季節の旬の野菜や果物を取り身体も旬の身体にしてあげて下さい。暑い時ほど熱い物を食べるといいですね、胃腸を守り夏バテを防ぎます。汗をかいて身体を守りましょう！クーラーで冷えた身体はお風呂で温めて就寝すると次の日が楽ですね。今月も高麗人参でお元気にお過ごしください。ご来店もお待ちしています。

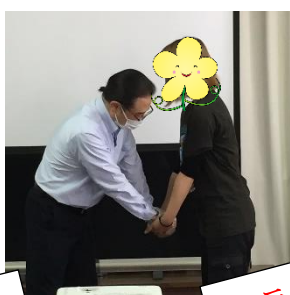
毎月 セルフエステ  
参加でお肌つるつる♪でーす。



気功体操する？



血流チェック



バランス



## 素肌綺麗に リバースお手入会

クレンジングから  
基本のセルフエステを  
学びます。



**8/3 (火)**  
北大路堀川  
TAMARIBA カフェ  
13時～15時頃迄  
参加費¥500  
ケーキセット付  
**8/25 (水)**  
リバース

① 11時～② 13時  
参加費¥500  
ティーセット付  
夏の肌をいたわりにい  
らして下さい

