ピース＆カミング　リバース便り　http://re-birth075.jp/　2022. 3月

春の陽射しになってきました。嬉しいですね、心が軽くなります。「今年は寒いな～。雪も多いし。」白い息を吐きながら１月、２月も元気にご来店下さいまして、ありがとうございました。この３月美しい季節がやってきますね。待ち遠しいです。暖かくなったらあれもして、これもして、桜もあそこに、ここに花見に出かけて。マスクの生活ではありますが、楽しみが増えますね。
美しい京都、世界の京都です。春を充分に堪能したい。

野草原酵素の働きで
身体スッキリ

¥5940

発酵高麗人参エキス
乳酸菌発酵エキス
食物繊維　オリゴ糖が
お腹の調子をサポートいたします。

次回３/25（金）

いつものアングルですが
皆さんとともに２月も
終了。温かい春が来ます！

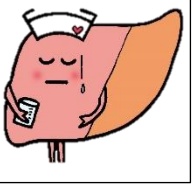
温圧がデビュー―🖤いたします！

男女美お手入会を一生懸命にやっています。参加後は、皆さん自分の素肌の綺麗さに驚かれ、曼荼羅でもない感じ。年齢とともに(^^;)。変化は避けられません。けど。諦めも出来ません。(>_<)
最近は美しさの定義も見た目以上に、自分らしいかで納得される方が多いように思います。美人というよりも、より私らしいほうが嬉しく感じていただけます(^^)/。肌も顔の雰囲気も皆さん個々で違いますから、納得できます。**ワクワク**する時間を作りましょう!
今月もお待ちしています。３／１４（月）

心と身体の健康の為に生活を整える

春は**肝**の季節　新陳代謝が激しい激しい春は肝がフル回転いたします。
解毒を担当する肝を疲れさせないように食生活を見直しましょう
肝は心のストレスを受け止たり、怒りを処理する担当もしています。心の作用に大きく貢献してくれていますから、敏感になるこの季節、更に大切にしてあげたいですね。貯まるストレスを発散する事で気の巡りも良くなります。
食べ物は　レモン、かんきつ類　しその葉、三つ葉、香味野菜、の利用もいいですね。

イライラがきたら高麗人参茶にレモンとはちみつでゆったりお茶してみてください。



藤原美知子さんに学ぶ健康生活講座より