

ゆずりはニュース

vol.106

ゆずりはスタッフの
ちよっと一言

こんにちは。新見店の谷本です。今年の冬は雪があまり降りませんでしたが、そのせいか4月なのに梅雨時期のように雨が降りましたね。通勤中に絹掛の滝が流れこいるのを見ると、少し安心します(笑) 雨の日は洗濯物が乾かないので、いつかはドラム式洗濯機を買いたいと思っ、ています。おすすめの商品があれば教えてください。



ト〜リ

アクルエッセンス
¥8800

サンプル
あります



保水にとろり

アクルエッセンス

紫外線が強くなってきました。シミやソバカスを防ぐのにUVケアは欠かせません。でもその前に保湿がきちんとできているかで大きく差が出ます。きちんと保湿ができている肌は焼けにくいですよ!

アクルエッセンスは、保水に必要なものだけを入れて、余計なものは一切入っていないスキンケアエッセンスです。洗顔後手で押さえるようにして、ぐんぐん保水しましょう。

糸を引くほどの
とろみで保湿力がすごい!!

乾燥肌



焼けやすい
干物



焼けにくい
生魚



うるおい肌

ご要望、ご相談等ございましたら、下記のメール、電話でも受け付けております。お気軽にご連絡下さい。

メールアドレス : info@yuzuriha-mj.jp

TEL: (0867)-76-2355

最近あまり眠れていないというあなた、ご存じでしょうか。実は日本人の睡眠時間は、経済協力開発機構(OECD)加盟国のうち30カ国で最も短い、という調査結果があるのです。特に高齢の方は、昔のように眠れず悩む方も多いのでは？年を取ると早寝早起きになり、眠りも浅くなりがちです。原因は、加齢とともに夜の体温が下がりにくくなるから。日中と夜間の体温の差が小さいほど、睡眠の質が落ちてしまうのです。寝不足が続くと、糖尿病・心筋梗塞や狭心症などのリスクを高める一因にも。眠りが浅いのも、意外と深い問題ですね。睡眠の質を高めるために、体温の変化を上手に利用する方法が。それは、寝る2～3時間前に程よい有酸素運動や入浴をすること。眠気は体温が下がる際に生じるため、就寝の少し前に体温を一時的に上げると、寝付くまでの体温の下がり幅が大きくなり、眠りにつきやすくなりますよ。さらに、光も味方につけてはいかが？人間の体内時計は24時間より長い周期のため、光で調整しましょう。朝は太陽の光を取り込み、夜は暖色系の照明にすると良い睡眠につながりますよ。

ポカポカ冷え知らずの体、水々しい
深い眠り、疲れ知らずの持久力 **肌**

あの子供の頃のような体に戻りたい!!



元気が弱!

生命の根源物質
ALA
若返りのアミノ酸

1日1粒
32粒
¥4860

ミトコンドリアは、私達の体内の細胞ひとつひとつに存在しています。最近疲れが取れにくい、年齢を感じようになった…そんな方はALAが不足しているのかもしれない。ALAを補給することでミトコンドリアを元気にし、イキイキ元気に過ごしましょう。

ゆずりは薬局

営業時間 ☆お気軽にお越しください☆

月・火・木・金 9:00~18:00/水 9:00~16:00/土 9:00~12:30

〒718-0015
新見市石蟹65-5
TEL: 0867-76-2355
FAX: 0867-76-2356