

天 華 通 信

熊本県玉名郡長洲町長洲 2168-55 (長洲港有明フェリー横)
tel : 0968-78-1122 hp : <http://www.tennka.com>

第4刊

10/20発行

お知らせ

10/3～ “冬季限定 90分入浴” を実施中。

平日の18:00までにご来店いただいたお客様に限り、通常の入浴時間70分→90分に延長しております。

11/1～ “定休日を廃止” いたします。

お客様のご要望により、定休日を廃止することとなりました。

健康の千恵袋・・・10月のテーマ “岩盤浴でデトックス(解毒)効果”

「クスリをのむ、栄養を摂る」より
「老廃物・毒を出す」ほうが病気は治る！

岩盤浴・サウナに入ることは、**排せつ促進**に大きな効果がある。

岩盤浴・サウナ浴の一番の効果は、**温熱刺激**により**汗腺と皮脂腺が全開し体内の老廃物が一挙に排せつされる**ことである。また、体温上昇により、**体内の老廃物も燃焼処理**される。(中略)

このように老廃物を排せつして体と**血液をきれい**にするには、一番強力で手っ取り早い方法であるが、**心臓の弱い人は慎重に短時間から始める**必要がある。

岩盤浴に入った後は**気分がスカッとする**のは、**医学的には免疫力も上昇し、脳からもα波が出て精神的にも大変よい状態であるというサイン**でもある。

参考：『体の老廃物・毒素を出すとは必ず治る』石原結實著

こんなに汗をかいたのは何年振りでしょう!?
ベタベタしない、サラサラの汗でお肌もスベスベでとっても
気持ち良かったです！ 女性

汗を普段かきにくい私ですが、
今日はすごくかきました。
体が軽くなった気がします。
ストレスも吹っ飛びます！ OL

店長コメント：

朝夕、冷え込んで参りましたね。風邪の引き始めには岩盤浴で一汗かいて吹っ飛ばして！