

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9刊

6/2発行

おしらせ

◇ “年中無休”で営業しております。

◇ 友達ポイント 30%off

ポイントカードをお持ちの方で、初めてのお友達とご来店頂くとポイントが1つ付き、友達ポイントが3つたまると30%off チケットをプレゼント！

健康の干恵袋・・・今月のテーマ “肌荒れ”

肌にとっての大敵は 乾燥、紫外線、血行不順(冷え)

お肌にとっての大敵は乾燥、紫外線、血行不順(冷え)である。また、疲労、睡眠不足、便秘、ストレスも肌を荒らす原因だ。美肌作りのレシピは以下のとおりである。

①「にんじんリンゴジュース」を飲む。人参は肌の健康に必要なビタミンAを十分に含み、レモンは肌のこう原線維の生成に必要なビタミンCを含む

《作り方》人参2本、りんご1個、レモン半個をジューサーで絞って飲む

②「山芋梅干し」を毎日食べる。山芋のヌルヌル成分であるムコ多糖類には保湿作用があり、梅肉は皮膚の血行をよくして美肌を作る

《作り方》山芋(又はナガイモ)100gの皮をむいてスライスし、梅干し1個(の果肉)を和えて刻みノリをのせて食べる

参考:『体を温める』と病気は必ず治る』石原結實著

天華では、レモンの20倍ものビタミンCを含んだ「ローズピップブレンドティー(ハーブティー)」の販売も行っております。

人参リンゴジュースを
飲みだし、便秘も解消され
お肌も綺麗になりました！
20代女性

天華に来た日の次の
日は、化粧のノリが
断然いいです！

☆6月リンパマッサージ営業日☆

■の日は12:00～ ○の日は17:00～ 営業

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	③
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

店長コメント：

「美しくありたい」とは、女性の永遠の課題。
ただ、外見ばかり気にしすぎず、内面からあふれ出す、
「女性の美」を磨くことも忘れてたくないですね。