

注目! 4月の新商品

**4/16(金)発売**  
皮膚テカリ防止  
下地効果UP  
リニューアル  
コーサー  
メイクキープ  
ミスト  
¥1,200円  
¥1,320.00円

**4/21(水)発売**  
朝の化粧水の後はコレ  
1本/しっとり明るく  
ノーファンデ美肌  
保湿  
プリオール  
おしろい美白乳液  
¥3,200円  
¥3,520.00円

**4/18(水)入荷予定**  
「ビタミンC+炭酸+クレイ配合」でつるんとクリアな肌へ  
ドットバスター  
酵素洗顔  
パウダー  
100g ¥500円  
300g ¥1,400円  
¥550.00円 ¥1,540.00円

**お手元美肌に!**  
ひと通りで年齢サインを見せない  
黄生堂  
プリオール  
おしろい美肌  
ハンドクリーム  
¥1,350円  
¥1,485.00円

**4/6(水)入荷予定**  
日本初!ニオイを感知させない「ニオイキャンセリング機能」搭載  
絶対無臭  
ライオン  
ソフラン  
プレミアム消臭  
ウルトラゼロ  
本体  
¥298円  
¥327.00円

**4/6(水)入荷予定**  
抗菌 ウイルス 防カビ  
すべての菌・カビの増殖を抑制するわけではなく、  
2. 抗菌にプラスニオイキャンセリング機能  
3. すべてのウイルスを除去するわけではなく  
4. エンローブタイプのウイルス1種で効果を発揮  
花王  
アタックZERO  
本体大サイズ  
¥298円  
¥327.00円

# 春のメンタル疲れを... セルフケア!

春は「木の芽時(このめどき)」と言われる、昔から精神的なバランスを崩しやすい季節として知られています。今すぐ実践できるセルフケアで、メンタル疲れを解消しましょう!

## 1 春のメンタル疲れは「変化」がキーワード!

- ★ 気温の変化**  
春は昼夜の気温差が大きく、さらに日によって寒かったり暖かかったり気温も安定しません。それにより自律神経のバランスが崩れ、精神的に不安定な状態になってしまいます。
- ★ 環境の変化**  
入学や就職、昇進や異動など、身の回りの環境が変わることでもストレスを感じます。良い出来事でも知らずのうちにストレスとなり、メンタル疲れの原因となってしまうのです。

**注目!** 新型コロナウイルスの流行による生活の変化が続いて1年。慢性的なメンタル疲れの可能性も...。健康な人も、この春はメンタルケアに注目してはいかがでしょうか?

## 3 お肌の乱れはメンタルの乱れ?!

ストレスはお肌の状態にも影響します。寒暖差の影響でお肌が安定しないことに加え、さらにストレスが蓄積されるとニキビや肌荒れの原因に...。お肌のためにも春のメンタルケアを積極的に取り入れてみてはいかがでしょうか?

## 2 不調を感じたら! お手軽セルフケア

まずは **良質な睡眠でメンタル疲れを解消!**

眠れなかったらお昼寝  
横にならず、座ったまま30分以内のお昼寝!

リラックスタイムを大切に  
お風呂や音楽など、自分にピッタリの方法でリラックス!

スマホを見ながら寝ない!  
就寝1時間前からスマホ・パソコンは見ない習慣を!

こちらも必ず! **すぐに試せるセルフケア!**

- 頑張りすぎずにしっかり休息!
- 適度な運動で気分爽快!
- たくさん笑ってスッキリ!

仕事もプライベートも頑張りすぎには要注意! スケジュールに休日を入れてゆっくりに心身を休めましょう。

軽いジョギングやウォーキングなどの有酸素運動でストレスを緩和! 森林浴も兼ねると更に効果的です。

笑う門には福来たる! 笑うことで自律神経が整い、リラックス効果が期待できます。

### なかなか抜けない辛い疲れに!

メンタル疲れ以外の色々な疲れを吹き飛ばす! 春を元気に過ごすためのアイテムをご紹介します!

**ストレス疲労**  
体調不良・ストレス疲れに8年の歳月をかけて栽培された高麗紅蔘1,200mgと7種の生薬が効く!  
高麗市の老舗職人が手作りする伝統的甘酒  
高麗紅蔘の甘酒 (900ml)  
¥598円  
¥645.00円

**1日立ち仕事の方、全身の疲労、布団に入っても寝られなくなるような疲れに!**

マジョナクト EX (140錠)  
¥1,980円  
¥2,178.00円

**内臓疲労**  
肝臓や胃腸の働きをサポートして体の内側から元氣!  
ゼリア新薬工業  
ヘパリーゼ プラスII (60錠)  
¥1,800円  
¥1,980.00円

**内臓疲労**  
ゼリア新薬工業  
ヘパリーゼ ドリンクII (50ml×3)  
¥798円  
¥877.80円

**貼って、寝て、きもちいい! サロンパス**

商品特徴  
●サリチル酸メチル10%配合  
●現行サロンパスAa比約1.8倍  
●しなやかで、やさしい触り感  
●ちよっと大きめ、サイズ約1.2倍  
●指立ちにくいペーパー色採用  
●はがれにくい丸かじり採用

効果的な貼り方  
首・肩の疲れ・こりに  
八の字貼り  
介の字貼り  
足の疲れ  
ヒラメ貼り  
ほざみ貼り  
十の字貼り

新サロンパス  
久光製薬  
サロンパスAa (140枚) ¥898円  
¥987.00円

久光製薬  
サロンパス (80枚) ¥860円  
¥946.00円

**疲労による体調不良、年齢による疲労感にレオピン!**

7つの有効成分配合で酷使した眼を、奥から癒します!  
疲れ目の症状が蓄積・進行することで、眼精疲労となっていきます。

疲れ目 一時的疲労 ▶ 眼精疲労 蓄積疲労

このような症状にオススメ!  
Q&P PLUS  
この薬が効く理由  
●目の奥が深い  
●目の奥が深い  
●目の奥が深い  
●目の奥が深い  
●目の奥が深い  
●目の奥が深い  
●目の奥が深い  
●目の奥が深い  
●目の奥が深い  
●目の奥が深い  
●目の奥が深い  
●目の奥が深い

久光製薬  
レオピンファイブ  
キャプレットS (50錠) ¥3,900円  
¥4,290.00円

久光製薬  
レオピン  
キャプレット (50錠) ¥1,800円  
¥1,980.00円

## 清潔感アップ! 身だしなみケア

春のおしゃれを楽しむ前に身だしなみをチェック! 身だしなみのケアで清潔感&好感度アップ!

マスクの前にお肌を守る潤いベールを!  
360°全方位でうるおいケア/敏感肌にも優しい使い心地で、うるおいを閉じ込め、やわらかな肌仕上げます。

ロート製薬  
リスタ  
ステムリッチ  
クリーム (45g)  
¥5,400円  
¥5,940.00円

髪にも使える!  
ミネラル/バランス抜群のアペンヌ温泉水のミストがお肌をうるおす  
黄生堂  
アペンヌウォーター (150g) (300g)  
¥1,500円 ¥2,200円  
¥1,650.00円 ¥2,420.00円

これ1本で足先まで全身のニオイケアができる!  
花王  
ニオア  
デオプロテクト  
&ケアスプレー (150g)  
¥900円  
¥990.00円

**4/16(金)発売**  
-5°Cで、ひんやりクール毛穴をキュッと引き締めて化粧崩れを防ぎます  
コーサー  
フレディア  
プティメール BBスプレー  
クール&ラスティング (60g)  
¥2,100円  
¥2,310.00円

**3/31(水)入荷予定**  
強力な美白成分配合! 元々輝くような白い肌へ!  
ライオン  
Lighttee (100g)  
¥1,480円  
¥1,628.00円

## リラックスタイムをサポート!

疲れを癒し、メンタル疲れを癒すリラックスタイム。至高のひとときに使いたいオススメアイテム!

眠りのハーブに  
ゆったりと癒されて...

ホップとバレリアンは眠りのハーブと言われています。深いブルーのお湯に溶かされませんか?  
クナイブ  
クナイブ バスソルト  
グリーナーハート  
ホップ&バレリアンの香り (850g)  
¥1,980円  
¥2,178.00円

約40°Cの蒸気が働き続けて癒された目をラクにしてくれます  
花王  
ゆめリズム  
蒸気でホットアイマスク  
各種 (12枚) ¥1,080円  
¥1,188.00円

バスクリン  
日本の名湯  
至福の質沢 (300g×14袋)  
¥548円  
¥602.00円

ふわふわスフレ素材で極上の履き心地。快適な履き心地! 快足な履き心地!  
レキト  
メディキュット  
パジャマ  
レギンス各種 (1足)  
¥3,980円  
¥4,378.00円

自宅でも温泉気分! 旅行に行ったつもりで湯つたりリラックス  
バスクリン  
日本の名湯  
至福の質沢 (300g×14袋)  
¥548円  
¥602.00円

ふわふわスフレ素材で極上の履き心地。快適な履き心地! 快足な履き心地!  
レキト  
メディキュット  
パジャマ  
レギンス各種 (1足)  
¥3,980円  
¥4,378.00円