

注目!
4月の新商品

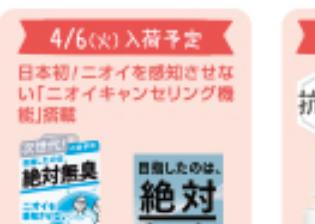
4/16(金)発売

皮脂テカリ防止
下地効果がパワーアップ
リニューアル
コーヒーメイクィーブ
ミスト



4/21(水)発売

肌の化粧水の後はコレ
1本!しっとり明るく
ノーファンデ美乳
日本初!ニオイを感知せない「ニオイキャンセリング機能」搭載



4/6(火)入荷予定

生産者
ブリオール
おしろい美白乳液
※1 絶対無臭



4/6(火)入荷予定

抗菌ウイルス
防護力

4/18(木)入荷予定
「ビタミンC+抗酸化+クリ
ア配合」でつるんとクリ
アな引け
ドットパスター
酵素洗顔
パウダー

(100g)
本体 500円
税込 1,400円

税込 550.00円
税込 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
生産者
ブリオール
おしろい美白
ハンドクリーム

(30g)
本体 1,350円
税込 1,485.00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、
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
かかったりと気温も安定しま
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。



注目!

新型コロナウィルスの流行によ
る生活の変化が続いている。慢性
的なメンタル疲れの可能性もある。
健康な人も、この春はメンタルケア
に注目してみてはいかがで
しょうか?

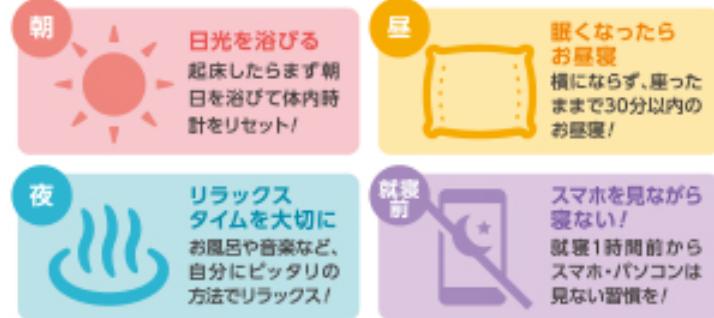
3 お肌の乱れは
メンタルの乱れ?!

ストレスはお肌の状態にも影響します。寒暖差の影響
でお肌が不安しないことに加え、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なります。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すか?

2 不調を感じたら! お手軽
セルフケア

まずはここから! 良質な睡眠でメンタル疲れを解消!

睡眠はストレスと最も関係の深い生活習慣と言えます。睡眠の質を上げることでストレスを緩和することが、メンタルケアの第一歩! 今回は快眠のポイントをご紹介いたします。

こちらも必見!
すぐに試せるセルフケア!

頑張りすぎずに
しっかり休息!
仕事もプライベートも頑張
りすぎには要注意! スケ
ジュールに休息日を設け
てゆっくり心身を休めま
しょう。

適度な運動で
気分爽快!
軽めの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。

たくさん笑って
スッキリ!
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。

爽やかな春! カラダ元氣!

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!



1日立ち仕事の方、全身の疲れ、
布団に入ってすぐ眠りに落ちる
ような疲れに!

小林製薬工業 飲料用
マージョントクト 本体 1,980円
EX(140ml)



内蔵疲労

肝臓や腎臓の働きを
サポートして体の内側から元気!

ゼリア新薬工業 飲料用
ヘビリーゼ プラスII(60ml) 本体 1,980円

税込 1,980.00円

税込 1,980.00円