

NEWS LETTER

森の庭の からだケア

2024/01 Vol.1

謹賀新年

謹賀新年！明けましておめでとうございます！皆様の健康と幸福に満ちた良い年になること心より願っています。

そして、この新たな年にニュースレターを創刊致しました。このニュースレターは、当店の情報や健康に関する情報、その他興味深いピックなどをお届けし、皆様の日常に新たな知識や刺激を提供することを目指しています。そして、より良い情報と知識を共有し、皆様の日常により一層の充実をもたらせる情報をお届けします。

NEWS LETTER 編集チーム一同

当店のおすすめ施術

【肩こり集中対策】CBDもみほぐし★肩／首

CBDバームを塗布しながら肩や首へマッサージを行います。CBDバームで期待できる効果は、血行促進や筋肉弛緩、痛み軽減です。マッサージも同様の効果を期待できます。ダブルの作用で施術後の違いにアプローチ致します。



【使用しているCBD製品】

CBDとは・・・麻に含まれている成分のひとつで、鎮静作用、免疫力向上など健康に効果が期待されている成分です。

【軽やかな日々を！】ストレッチコース

体の固さが原因で、肩こりや腰痛を引き起こすケースもあります。また、柔軟性が向上することにより身体の可動域が広がり、日常生活やスポーツ活動の動きが改善することが期待できます。ストレッチコースでは、マッサージで体全体を緩めた後にストレッチを行うことで、効果的な柔軟性アップにアプローチ致します。



【ストレッチの施術】

CBDを もう少し詳しく

人間には、疲れた時に疲労回復する機能や痛みを感じた時に痛みを和らげる機能などの正常に体が機能するための恒常性が備わっています。一方で日々のストレス等が原因で、その恒常性が弱くなると疲れや倦怠感などを感じやすくなります。それを補うひとつの手段として、CBDを摂取することで正常な恒常性を保つことができると言われています。

森の庭のからだケア
TEL. 03-5826-4597

<https://www.moriniwakarada.com/>

東京都台東区上野6-5-1 羽山ビル5F