

ハーブ de ヒーリング

ハーブの香りのホット・アイマスクと
ハーブ・ティに癒されましょう♪

- **日時・場所:** 毎週(火) ・ 14:15~14:55 ・ 和室
- **内容:**

★事前準備 開始5分前にお集まりください

- 自分のコップを持って、和室へ
- 好きな香りのホット・アイマスク選び



～ 完熟ゆず or ラベンダー or カモミール or ローズ～



<p>特長 1 たっぷり蒸気で気分ほぐれる 40℃ 蒸気浴</p> <p>心地よい蒸気が、目と目もとを温かく包み込みます。</p>	<p>特長 2 開封したらすぐにあったか</p> <p>袋から出すだけで温まるのですぐに使えます。</p>	<p>特長 3 心地よい時間が約20分続く!</p> <p>新 2倍設計 快適時間 -約20分- フィット感もUP!</p> <p>座っていても横になっていても目もとにピタッとフィットします!</p>
--	---	--



★ヒーリング・タイム

- 説明&軽くストレッチ
- あったか〜いホット・アイマスクをして、ヒーリング・ミュージックを聴きながら横になる(20分くらい)。
- 「今日のハーブティー」を飲んでほっこり♪

