

ごあいさつ

猛暑、なんて言う言葉も普通になってしまったこの夏。
まだまだ暑い日が続きますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。
今年の夏は、本当に暑かったですね。
というエリ、まだまだ真夏日が続いています。
更年期のホットフラッシュに悩んでいる方にとっては、
今年はとりわけ辛い夏なのではないでしょうか。

さて、この猛暑の夏に2人のお客様からお便りとミレをいただきました。
それは、「あんまり暑いので更年期のせいなのか普通の汗なのかわからなくなり、
ホットフラッシュが気にならなくなった」というご意見。
いつもはグッと汗をかくと「更年期のせい」と思い「本当にイヤ」と
辛く感じていたのに、あまりの暑さに「流るような汗をかいても当たり前」と思えて、
ふと気が楽になったのだそうです。

もともと汗をかくと、老廃物を体内から出して新陳代謝を活発に
させる効果があるといわれています。
適度な運動でかく汗は爽やかに感じますよね。
もちろん、更年期女性のホットフラッシュで流れる汗は、ご本人にとっては
「悩みの種」。

でも、意識を変えて、「老廃物が流れているんだ!」と思えば、
噴き出す汗に対してもバの余裕ができるかもしれませんね。
汗も美容法のひとつぐらいに割り切って、
ポジティブシンキングでいきましょうか?

厳しいこの夏をがんばった体を、
「イソラコン」「水光輝」「ライフマックス」で
どうぞ癒してあげてくださいませ。

あなたのすこやかな秋にお役に立てれば、と願っております。

ニチモウバイオティックス株式会社
イソラボン倶楽部
福田 容子