

カルド網島 10月アロマクラス

曜日	種類	効果
月曜日	スペアミント × ゼラニウム	<p style="text-align: center;">●スペアミント すっきりとした香りは頭をクリアにし集中力を高めてくれます。 また疲れた心身に活力を与えてくれます。</p> <p style="text-align: center;">●ゼラニウム 自律神経やホルモン分泌のバランスを整え、 精神的なストレスから現れる不調や女性特有の症状を和らげてくれます。</p>
火曜日	ラベンダー × ベルガモット	<p style="text-align: center;">●ラベンダー リラックス効果が高く、ストレスの緩和や快眠にとっても効果的です。</p> <p style="text-align: center;">●ベルガモット 柑橘の爽やかさとフローラルな甘い香りで、リラックス作用が高く、 気持ちが沈んだり、緊張してしまう時に役立ちます。</p>
金曜日	オレンジ スウィート × ホーウッド	<p style="text-align: center;">●オレンジスウィート ストレスや不安など神経の緊張を緩和し、気分を明るくしてくれる香りです。</p> <p style="text-align: center;">●ホーウッド リラックス効果、ストレスや不安の緩和、安らかな睡眠の促進 皮膚の炎症を鎮める効果もありますので、スキンケアにも用いられます。</p>