

おせっかいとおしゃべりな 地球を救うMIZUレンジャー！

2025.5月号

→おばちゃんから改名！！

春はゆううつ
じも体も不安定
でも大丈夫♡

春→初夏を
制して
夏にそなえる

クマザサで
更なる元気を！

体を美しく
とのえて
明るく元気にすごす！



1年で1番さわやかな. 春→初夏へと季節がすぎ
ていきますね。今年の春も不安定な天候でしたが、
昨年よりは. 穏やかな毎日で、このまま. 安定してほしい
とは言え. 新年度が始まって. 学校や仕事でお疲れに
なったり. ご家族を支える皆様も. このあたりで"少し
日々の疲れが. たまらないように. していただきたいなと
思っております。いわゆる5月病になられませぬように
また. 夏に向けてのお手伝いをさせていただきますので
5月6月も. ぜひご相談にいらして下さいね！
6月は. 特に. 汗が出にくくて. 熱中症などになりやすいので
ぬるめの風呂につかったり温灸を役立てて下さいね！

5月6月を元気に乗りきる!

私の元気のもと、ササハルス
口内炎がどきやあく。
疲れやすい日々でしたので、
3年前から、きっちりと毎日のんでいます。
口内炎は、ほぼできなくなり、
疲労回復も、早くなりました!
漢方サロンのお客さまのお役に立つ
ことも増えています!!

胃腸の働きは、全てを主る!
ニュースターでも、店頭でも
お伝えしています。「胃腸」のフ
ヤは、リ今回も書いてしまいました!!
きっと、言い続けたらと思います!

 みなさま、おなじみの
コは、大活躍です!

さわちゃんの超オリジナル美養生ケア

キレイで
元気に
なりたい

美養生
したい!

わたしにあう
ケアうけたい

びわ
温泉

このような希望を叶えることを
お手伝い♡

みずちゃんも大変お世話になっていまふ♡

紫外線は
さらに強くなり
UVケアは
さらに強化すべし!
(ビタミンD生産を疎外するほどには
なさないで下さいね)

UV対策、うるおいケア
季節に応じたケア ご相談下さい!

ちょっくらじおで
みずちゃんの
オンライン漢方サロン
毎月第2月曜日19:00~
お話しさせていただくことに!!

リスラジアプリ
「九州・沖縄」「ちょっくらじ」で!!
又Youtubeでも!!
よろしければお聴き下さい♡

マイコペンは
今日も元気!

たまに
黄色の



コペンできています!
人の体と同じく
メンテナンスが大カ♡