

たくさんのご利用者様が



楽しそうにお過ごしでした

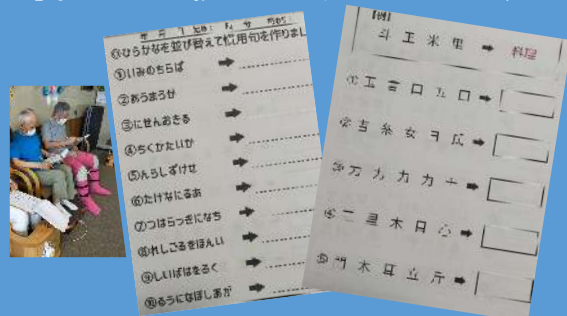
足温器が新しくなりました🔥

- ・冷え性の改善
- ・むくみ軽減
- ・免疫力向上
- ・血行促進

様々な効果が期待できます♪



毎回4～6枚お配りしています



先月のご利用風景

あじさい祭り

今年もあじさいの季節になりました。我が犬山町にはすぐ近くに【あじさいの丘】という素晴らしい場所があります。

今年はすでに暑すぎたのか、あじさいもややお疲れ気味...でもきちんと手入れされ、とても綺麗でした★

ところであじさいの花言葉をご存知でしょうか？いくつかあるのですが、その中で私が気に入っているのが【団楽】【和気あいあい】です。なんだか可愛らしいですね🌸



暑熱順化

体が暑さに慣れていないと熱中症になる危険性が高まります。暑熱順化(体が暑さに慣れること)について知り、暑くなる前から熱中症の対策を行うことがとても大切です。

体を動かすと体温が上昇しますが、汗をかくことによる気化熱などで体の表面から空気中に熱を逃がし、体温を調節しています。この体温の調節がうまくできなくなると体の中に熱がこもり、体温が上昇し続け熱中症が引き起こされます。

適度な運動で汗をかき、体を暑さに慣れさせましょう💪



ヒラックス犬山

横浜市栄区犬山 59-1

☎ 045-719-0967