

NEW!!

WHO (世界保健機関)

リフレクソロジーも推奨!

リフレクソロジーとは??

足裏の反射区 (内臓や各器官につながる

末梢神経が集中する場所) **にほどよい刺激**

を与えることで体の不調を改善し、疲労回復を促し、美容効果を高める療法です。



【効果】

① 体温を上げることで、冷え性改善! 免疫力アップ!

血液を心臓の方向へ押し戻すことにより全身が温かくなります。体温が1度上がると免疫力は5~6倍になると言われています。また、体温を上げることで冷え性の改善につながります。

② リンパや血行を促進して、足のむくみ改善!

リンパの流れや血流が良くなることで、足のむくみの原因となるセルライトがでにくくなります。

③ リラックス効果で、ストレス解消! リフレッシュ!

肌に触れることによる温もりや安心感で高いリラックス効果が得られます。安静時に見られる脳波(アルファ波)が現れやすくなることが立証されています。自律神経が整えられることで心身共にリフレッシュできます。

④ 新陳代謝を高めて、若々しさを保つ!

細胞に酸素が行渡ることによって老廃物が流れやすくなり新陳代謝を高めます。内蔵機能も活性化し、美肌効果も高まります。

【こんな方にオススメ】

- ✓ 気分が落ちこんでいる
- ✓ ストレスが多い・イライラする
- ✓ 疲れやすい
- ✓ 寝つきが悪い・夜中に目が覚める
- ✓ 肩こり・腰痛がある
- ✓ 膝の痛みや、足のしびれがある
- ✓ 足が重い・だるい・むくみ・冷えがある
- ✓ 頭痛・片頭痛がある
- ✓ 眼精疲労がある
- ✓ 食欲がない
- ✓ 便秘気味

【施術のできない方】

- ・ 足にケガや感染症のある方
- ・ 妊婦の方 (5か月の安定期からOK)
- ・ 心臓疾患のある方
- ・ 出血しやすい方
- ・ 足を骨折している方

【Q&A】

Q: 着替えますか?

A: ひざ上まで上がればOK。短パンも用意しています。

Q: オイルが残りませんか?

A: 簡単に拭き取れるのでニオイやベタつきは残りません。

Q: 施術台を移動しますか?

A: もみほぐしのベッドのままで大丈夫です。

