



# vol.7 NONAMANIS

TEL 048-825-5182 <http://nonamanis.org>

ブログ更新中

## スタッフ紹介



ノナの古株。もみ上げ長いです。ヨロシクね。

蓮見亮一 今月が店長になりました!!

唯一の男性スタッフ。ノナの盛り上げ役!!

暑い夏☀️がやってきましたねー。みなさん夏バテしてないですか??

夏の不調にオススメのアロマは ハーパーミント です。清涼感にあふれたハーパーミントの香りは、夏バテで元気を失った体や心に活力を取り戻してくれますよ♡

## 今月のツボ。眠れない

寝つけない、夜中や朝方に起きてしまう...

百会 (ひゃくえ)

鼻からまっすぐ上がったラインと両耳から頭の上までを結んだラインの交ったところ。



完骨 (かんこつ)

耳の後ろの硬い骨から、後ろに下がったくぼみにある。

そんなあなたに!!

リラックス術

お休み前にホットミルクやハーブティーを

牛乳に含まれる「トリプトファン」という物質は、脳内にたくさん分泌されると眠くなるホルモン、「メラトニン」の材料になります。

夕食は腹八分目に

食事はおなかいっぱい食すると胃や腸が休めず、眠りが妨げられます。

逆に空腹でも、イライラして寝つけなくなってしまう。

フェイシャル(彦頁ツボ) 60分フルコース千円引き!!

(メンバー) 6,500円が 5,500円

(VIP) 6,000円が 5,000円

※ お手持ちの割引券の併用不可

お彦頁のツボを刺すことにより小顔効果が期待できます。お彦頁の4クミなどにお悩みの方も オススメです。

日焼け止めクリームサービス初めました! お肌をしっかり紫外線から守りましょう。お手持ちのお気に入りのクリームがある方は、お持ち頂ければ、「こちらで」お仕上げします。

今月のお得情報

今月のツボ News 読者様限定♡

