



くつろぎ健康ニュース

2025年9月号



まだまだ暑いですね。
水分、きちんと補給していますか？
健康管理に気を付けましょう！

梅昆布茶の効果

9月になって、厳しい夏も終わり、少しずつ涼しくなってきました。
夏は冷たいものが飲みたかったですが、これからは温かいもののおいしいですね。
そんなとき、たまには **梅こぶ茶** はどうでしょうか？

梅こぶ茶 には、いろんな効果があるんですよ！



梅こぶ茶には「ヨード」と呼ばれる成分が含まれています。
ヨードは体の新陳代謝を活発にさせる働きがありますから、
いつも飲んでいるジュースをやめて飲むようにすれば、
代謝がアップし、余分な脂肪が燃焼され体をスリムにさせてくれます。

昆布に含まれるヌメリの正体である「アルギン酸」は食物繊維です。
このアルギン酸を摂取することで便通が快適になり、
便秘解消に抜群の効果を発揮します。

梅こぶ茶で長年溜め込んでいた宿便を一掃できれば、
お腹もスッキリして、
どうしても入らなかった昔のスカートやパンツも
スルッと履けるようになるかもしれませんね！

ちょこっとニュース

くつろぎ倶楽部
福井店

場所
福井市大手3-12-11
0776-50-2711

みなさんのお越しを
お待ちしておりますね！
詳細は、HP にて

くつろぎ倶楽部
福井店 では

ご紹介の特典
もご用意しています

ぜひどうですか？

詳細は、お店 にて

くつろぎ倶楽部
福井店 では
毎週 **木曜日** に
アイハット 10分サービス
を開催しています！

ぜひどうですか？

詳細は、HP にて

今月 の おすすめ

新しいサービス内容として ストレッチ を始めました！
一人で伸ばす事の難しい箇所を適切な方法で伸ばします



ゆっくりと伸ばす事で筋肉の柔軟性を高めたり、
関節の可動域を広げる効果があります。

・ **駐車券をサービスしています！**

くつろぎ倶楽部 福井店 では、お車で来られたお客さんに
佐佳枝廼社さんの駐車券 をサービスしています！

当店の裏にあって
広い屋内駐車場で
とても近くて
雨や雪でもほとんど濡れずに
ご来店いただけます

