

5月の季節湯

しょうぶゆ

# 菖蒲湯

菖蒲には、アザロンやオイゲノールという

精油成分が含まれており、血行促進や

肩こりの改善・保湿効果・

リラックス効果などが期待できます。

また、菖蒲の芳香は自律神経を安定させる

アロマテラピー効果もあります。

