

# みかん湯に入ろう

～甘く爽やかな香いの「蜜柑湯」で、美肌をつくる～

**11月22日のあしや温泉の日にみかんを湯に浮かべます。**  
**是非この機会に、あしや温泉で美肌を目指してみませんか？**

古くから蜜柑湯の風呂に入ると「身体がよく温まり、風邪を引かない」といわれていますが、その秘密は果皮にあります。果皮には、柑橘類特有の爽やかな香気を放つリモネンという精油成分が含まれています。リモネンは血行促進作用があるので、蜜柑湯に入るといつまでも身体は温かく、湯冷めしません。身体があたたまるため、寝つきもよくなります。また果皮は、クエン酸やビタミンCも含んでいるので、美肌効果があります。甘く爽やかな香りを楽しみながら、美しくなれますので、女性にはうれしいお風呂です。

