

# アロエ湯に入ろう

～アロエ湯でポカポカ&ツヤツヤに！～

**2月24日のあしや温泉の日にアロエを湯に浮かべます。**

『アロエ』というと、美容・健康目的で食べたり、化粧品等を思い浮かべる方も多いでしょう。昔からアロエは、「医者いらず」と言われ、様々な効果を持つことが経験的に知られています。

アロエを入れたお湯に浸かると、血行促進により新陳代謝がよくなり、冷え性の予防・改善、美容、湯冷めをしにくい効果があります。

また、ニキビ、湿疹、あせも、かぶれ、肌荒れにも効果があるとされています。

