

みょうが湯に入ろう

～薬味だけじゃなかった??～

8月25日のあしや温泉の日にみょうがを湯に浮かべます。

あしや温泉のみょうが湯で集中力アップ!!

食欲の落ちる夏に、ぴったりの薬味は、みょうが。みょうがを湯船に?なんて思う方も少なくはないかと思います。ですが、みょうがの香りはアルファピネンという精油成分によるもので、発汗、呼吸、血液の循環などの機能を促す作用があるとされています。

また、みょうがのすっきりした香りが広がって、爽やかな気分になること間違いなしです。さらに、精神安定、快眠、疲労回復効果、集中力アップ等の効果もあるとされています。

暑い夏もみょうがの力で乗り切りましょう!

