

クレールニュース Vol.9

お盆が過ぎると涼しく…となるのが北海道らしさですが、
今年は残暑が厳しいようですね。でもまだ夏を楽しめる嬉しさもあります。
満喫しきってない方も十分エンジョイできますね♪ ただ気温差もありますので、
お体にはくれぐれも気を付けて下さい。風邪が流行っているようです。
編集長 高木

第9号
平成24年9月1日

編集・発行
クレール
今月編集担当
佐藤 ありか

TEL
011-623-5151
FAX
011-623-4141

札幌市中央区南一条
西24丁目1-6
レクシブ裏参道8F

メール登録募集中!

ご予約の前日に
確認メールを
お送りいたします



お名前を入れて
返送ください

ご来店時の お知らせ

お車でご来店の際は、お近くのタイムズにて、
自転車でご来店の際は、専用駐輪場をご利用ください。

ついに!話題のダイエットティーが進化した!!

人気上昇中! キャンドルブッシュというハーブが主成分のデトックス茶、

『デトラブ・ダイエットティ』が更にグレードアップし、

『ピュアハーバ・ダイエットティ ~ストロング・ブレンド~』が新登場!
キャンドルブッシュとはマレーシア、インドネシアなどの熱帯地域に自生し、ビタミン
やミネラル、さらにはサツマイモの約20倍の食物繊維を含有し、利尿作用とデトックス効果で便秘解消のサポートをするハーブです。また、活性酸素を取り除く「ケンフェロール」が多く含まれており、老化防止や美肌にも効果的です。

『ピュアハーバ・ダイエットティ』は『デトラブ・ダイエットティ』よりもキャンドルブッシュを大幅に増量し、他にもサラシア、ローズヒップ、ルイボス、ハイビスカスなどの美容や健康に有効的なハーブが含まれております。

ピーチ&マンゴーフレーバーでとっても飲みやすく
美味しいティータイムはいかがでしょう。(佐藤)

おためし1包 ¥150 (お一人様 1包まで)

1箱(30包) ¥4,410

Pure Herba



今だけお得なキャンペーン中♪

BE-MAX2012

1本 ¥1,260

5本 ¥6,300
→ **¥5,800**

10本 ¥12,600
→ **¥10,980**

進化した
“うるおい”美容ドリンク



今、話題のコラーゲンドリンク『BE-MAX 2012』は、
ヒアルロン酸、コラーゲン、エラスチン、プラセンタ、スッ
ポンエキス、ツバメの巣などに加え、この高美容成分をバックアップしてくれるハーブや85種の野菜を成熟している
飲む美容液です! (佐藤) (9月15日迄)

カラダにいい食事

にぼしや乾燥エビ、乾燥ひじきなどの乾物は封を開けると、目には見えないダニがどんどん増えるようです。封を開けていなくても長時間たつとダニの繁殖があるとのこと。

できる限り早く使い切り、量のあるものよりも少なめのものを買うのが良いそうです。

粉ものも同様。小麦粉や片栗粉…などなど。

ダニはアレルギーにもなりやすくなるのでアレルギー体質の方は、ぜひご参考ください。(高木)



あなたの体の中、サビついていませんか？ シリーズ②～酸化を予防する～

前回のクレールニュースでお伝えした『酸化(サビ)』は生きていくために必要不可欠な、酸素から作り出されるものですが、酸化により同時に生まれるのが『活性酸素』といい、この『活性酸素』が過剰に発生してしまうと、老化や癌など、さまざまな病気のリスクを高めてしまう恐れがあります。

では、その『活性酸素』を予防するためには、どのような対処法があるのでしょうか。

活性酸素から体を守るには『抗酸化物質』というものがが必要です。『抗酸化物質』の働きは、過剰な活性酸素を自らに取り込んで無害化することです。抗酸化物質を摂取することにより、体内では抗酸化酵素が作られ、あふれた活性酸素によるダメージを修復してくれます。

『抗酸化物質』とは主に、栄養バランスの整った食事に多く含まれています。たとえば、色の濃い野菜やフルーツ、鮭などの魚には特に多く含まれています。

しかし、喫煙や睡眠不足、ストレスなどはいくら抗酸化物質を摂取していても次々と活性酸素を作り出してしまう原因となります。抗酸化物質の効果を向上させるためには、頭と体をしっかり休め、体内の血流をスムーズにさせることが大切です。それにより、活性酸素を含んだ老廃物を無理なく排出し、抗酸化物質が効果的に働いてくれます。(佐藤)



ちよつと一息…美味しいもの発見!

季節のお料理が盛りだくさんの和食処。

訪れるたびに、旬の食材をいかしたおすすめメニューが気になります。今回はもちろんこの一品!!

「とうきびの天ぷら」です。とうきびの甘さとサクサクな食感でとっても美味しい! 私はこのメニューがあると必ずたのむほど(笑) 店内はカウンターの他は全部完全個室でゆったり食事を愉しめます。素敵な和のしつらえですが、わりとリーズナブルなので何度も足を運んでいます。(高木)



「よし田」
中) 南1西22 1-3
マックスビル2F
Tel 011-616-9933

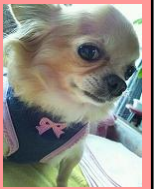
クレールのお花屋さん

皆さんも、みとれてしまったことがあるのではないのでしょうか。クレールの入口にあるお花は毎週火曜日に『HANAORI-RYO 涼』というお花屋さんから届きます。お花が変わるたび気分も変わりますよね♪ 皆さんにもピッタリのお花が見つかると思います。(佐藤)



HANAORI-RYO 涼
中) 北6西15 3-1
Tel 011-614-2770

長野マネージャーの Bath&BodyWorks マニア



皆さんこんにちは! いい香りが大好きな長野です。皆様にも好みの香りがあるかと思います。

私は、高校時代にアメリカにホームステイをしたときに会った『Bath&BodyWorks』の商品が大好きで今でも自分の体やお部屋の香りに愛用し続けています。体にはこの商品の Body シャンプーで洗い、お風呂からあがると、Body ローションを塗りながらマッサージしています。休日には Body スプラッシュ(スプレータイプのもの)をヘアコロン等にして香りを楽しんでいますよ♪保湿力も抜群でお肌もしっとりスベスベになるので手離せません! そして体もいい香りにつつまれるのです。

お部屋には Wallflowers というプラグ式の芳香剤をつけています。こちら2、3ヵ月は1つのレフィルでいい香りがつづきますので、通常の芳香剤よりもしっかりと香ります。本体があるいろいろな香りをレフィルで楽しめますので、皆様のお好みの香りが見つかるかもしれません。

皆様もいい香りに包まれ Happy な毎日を過ごしてみませんか? (長野)

