

12月21日(月)



サピオのゆず湯で

ぽっかぽか



昔から、冬至にゆず湯に入ると邪気を払い、無病息災になると言い伝えられています。



効能

ゆずの皮には香りのもとである『精油』が含まれており、その精油の効果により、血行が良くなると言われています。寒くなってきたこの季節には、冷え性の方にもおすすめです。

年に一度の『サピオのゆず湯』でぽっかぽかに温まりましょう。



狭山市ふれあい健康センター
サピオ稻荷山