

社名・店名ご入力欄

店舗情報ご入力欄

〇月〇日 ととのうって？

わが夫は、目下流行りの「サ活」にはまっている。
休日になると「ちょっと、ととのってくる」と言っでは、近くのスーパー銭湯や日帰り温泉に出かけていく。

そして、いつも「スッキリ爽やか〜」な笑顔で帰ってくる。

サウナは私も昔、一度試してみたが、1分もたたずに顔が真っ赤にほてって息苦しくなり、すぐに飛び出した。

それ以来サウナ嫌いになってしまった。

いったい、あの異常に熱い空間の何がいいのだろう？

夫に言わせれば、熱い中でグッと耐えた後、冷たい水風呂に入った時のキュッと引き締まる感覚、

しばらくして体中がポカポカ温まるような快感。

これを繰り返すことで、全身の血行が良くなって、体がリラックスし、えもいわれぬ解放感を味わえる

のだそうだ。さらに「サウナ後に飲む牛乳が、たまらなく美味しい！」らしい。フ〜ンそうなんだ。そういえば、娘も「お肌がツルツルになって風邪もひきにくくなるみたいよ」なんて言ってたっけ。

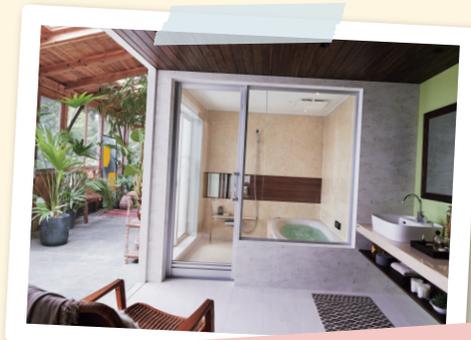
だけど、私だって、韓流ドラマを観ていたら、イケメン俳優にキュンとなって、ドキドキして血の巡りが良くなるし、涙腺が緩んでリラックスするから、これはこれで快感で、ストレス解消になるのだ。

つまり私なりに「ととのってる」わけ。それぞれ自分なりの気持ち良さを見つけて、元気に過ごせたら、ま、それでいいんじゃない？



LEDシーリングライト
ライココンディショニング
シリーズ

光と音楽と音声ガイドで、マインドフルネス瞑想ができた。1/4ゆらぎの光になったり...あかりが暮らしをととのえてくれるのね。



レクラ
ス
バスルーム

南の島のリゾートホテルのように、テラスの自然と一体になったバス。身も心もリラックスできそう〜



オーバ
ヘッド
シャワー

湯船から出た後、ほてった体に頭上から全身に降り注ぐ冷たいシャワーの爽快感がたまらない♡

リフォームで解決! あなたの街の Panasonic リフォーム Club におまかせください。