BAGUS

VOL. 45

HAPPINESS LETTER

元気と幸せ・癒しをお届けするバグースハピネスレター

発行：
BAGUS
〒820-0074
福岡県飯塚市楽市459-5

2023年もありがとうございました♡

今年も早いもので残すところあと１ヶ月となりましたね！今年は出産・育児のため、長期休業やご予約枠の制限などで本当にご迷惑をおかけしました。そんな中、いつもお気遣いのお言葉を頂戴し、改めて、とっても有難いお客様方に恵まれていることに心から感謝しています。
久しぶりにお会いするお客様との盛り上がった会話、近況報告のお話でびっくりした内容などなど…毎日本当に楽しくお仕事させていただき、幸せ者です♡また12月もお会いできるのを楽しみにお待ちしております！

また、今回オープン以来初めて、ニュースレターの紙面をリニューアルしてみました！より元気と幸せ・運気アップや癒しなどなどをお届けできるような紙面をと思っています。ご意見などお聞かせいただけると嬉しいです！
そして、今年、1年の感謝の思いを込めて、キャンペーンを企画しています。同封別紙に詳しいご案内を載せておりますので、ぜひぜひ、ご覧くださいませ♡
来年の甲辰（きのえたつ）は大国さまと縁が深く、登り竜ということで益々運気が上昇しそうな良い年になりそうです！また2024年も皆様にとってステキすぎる1年となりますように♡今年も本当にありがとうございました。
どうぞ楽しいクリスマス、そして良いお年をお迎えくださいませ。

美肌づくりのコツお届けします！

今月のスキンケアポイント

冬の美肌づくりは温活がカギ

私たちのお肌は血管から栄養と酸素を得ています。冬の寒さによって、血管が収縮し、血流が悪くなると、お肌は栄養と酸素を得ることが難しくなります。このような栄養不足のお肌は、乾燥した状態になり、小じわができやすくなります。また血液循環が悪いことで、お肌の新陳代謝も低下し、シミができたり、酸素不足の黒い血液が透けて見えることで、目の下が黒く見え、クマのようになってしまいます。
ですので、とにかく血流を良くすることが冬の美肌作りのカギとなります！体を温める食べ物・飲み物を摂ることはもちろん、バスタブに浸かる習慣をつける、首や足首・手首などの大きな血管が通っている部分を温めるような服装やアイテムを活用して体をとにかく温めるよう心がけて下さい。
簡単にできる温活でオススメなのが「仙骨」をカイロで温めることです。仙骨は、上半身下半身に行く大きな血管が集まる部分なので、ここを温めることで全身に効率よく温まった血液を届けることができます。また仙骨には、副交感神経の束が集まっているところでもあるので、リラックス効果、安眠効果、消化吸収の促進を助けてくれるなど、とってもいいことばかりです。
是非、この冬は「仙骨にカイロ」ぜひ毎日やってお過ごし下さい♡

仙骨に当たるように、インナーなどにカイロを貼って下さいね。
睡眠時に貼ると、睡眠の質が低下するので、朝起きて、夜お風呂に入るまでの間に貼るのがオススメです！

「運がいい日」カレンダー

福

運気が上がる日をご紹介します！ますます豊かに、たくさんのハッピーが訪れますように♡

12月1日　巳の日（弁財天の縁日・金運アップ・財布の使い始めや財布の購入吉、美に関することが吉）
12月5日・6日・7日・8日　一粒万倍日（この日に始めたことは万倍になる。物事の初め、口座開設、開業、開店、支払いものに吉。万倍にしたいことをすると吉。陰口はNG）
12月10日　寅の日（金運アップの日。自己投資に吉。旅行も。この日にお金を使うと早く帰ってくる）
12月13日　巳の日・新月（新月に願望をノートに書くと実現）
12月18日・19日　一粒万倍日
12月22日　寅の日・冬至（柚子湯とかぼちゃを食べて健康運アップ）１年間頑張った自分を労う日にすると吉
12月25日　巳の日
12月27日　満月（叶ったと仮定して願望をノートに書くと実現）、デトックスに良い日、手放したいものを処分（不用品を捨てたり、いらない感情をノートに書いて破って捨てるなど）
12月31日　一粒万倍日、大晦日、大祓（１年間の厄落としと感謝に神社参拝が吉）