

イージーエアでできる

10のこと

1. ココナッツオイルと胸元に広げ、快適な息づかい
2. 気分のリセットに首の後ろにひと塗り
3. イガイガしたらハンカチに垂らして深呼吸
4. マスクの外側に少量つけて息ラクラク
5. 部屋にディフューズして季節の健康管理
6. スポーツ前、タオルに垂らし気分爽快
7. 緊張をほぐしたいとき、手に垂らして吸い込んで
8. ホコリなどが気になるときのルームスプレーに
9. バスソルトに加えて心身をすっきり
10. お休み前に足裏に塗布して心地よい眠りを



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

