



Life With Herbs

この度は、

「ハーブのある暮らしお届け便」にお申込みいただき誠にありがとうございます。

健やかな毎日を過ごしていただくために、簡単に取り入れられる

ハーブアイテムをご用意しました。

4月は、華やかな春にぴったりのセットです。

忙しい毎日でも、寝る前に用意しておいた

「水出しアイスハーブティー」を

日中からゴクゴク飲むことで、

体の中から潤いを感じ、

ハーブのチカラで元気に過ごせることでしよう。

夜風が冷たい日には、

「凛として輝く毎日に苺とローズ茶」の茶葉に

お湯を注ぎ、3分待ちながら、

何も考えずに過ごす時間をつくってみませんか。

甘酸っぱい香りと優しい甘さが、

心地よい気分してくれます。

毎日少しずつハーブアイテムを取り入れて、

いつでも前向きな自分に。

植物と果実の香りでココロまで華やかに。

ハーブで今よりちょっといい毎日を。

お届け便
スタッフ
一同



enherb



Life With Herbs

少し暑さを感じるこの頃、いかがお過ごしでしょうか。
5月は、リフレッシュしたい時にぴったりの
ハーブアイテムをご用意しました。

気温の高い日には、

「シャキッと梅ハイビスカス茶」がおすすりめです。

氷をたっぷり入れたお気に入りのグラスに、

お湯で抽出したハーブティーを

ゆっくり注いでみてください。

冷たく赤いハーブティーが元気を引き出してくれます。

リラックスタイムには、柑橘香る優しい甘みの

「天使の休息 檸檬カミツレ茶」もおすすりめです。

つかれを感じた日には、

ふくらはぎやデコルテなどを

リフレッシュジュエリーで優しくマッサージしてみませんか。

ほのかに香るユーカリとミントのハーバルな香りが

心地よい気分へ導き

あなたをいたわってくれるでしょう。

毎日少しずつハーブアイテムを取り入れ、

気分転換して、明日に備える。

植物と果実の香りでココロまで華やかに。

ハーブで今よりちょっといい毎日を。

お届け便
スタッフ
一同



enherb

毎月届くハーブのある暮らし便 5月9日



Life With Herbs

梅雨明けが待ち遠しい今日この頃、いかががお過ごしでしょうか。
6月は、気分をすっきりさせたい時にぴったりの
ハーブアイテムをご用意しました。

梅雨冷えて肌寒い日には、ハーブティー「無敵のアタシ」を
1日3〜4杯目安で飲んでみてください。
毎日続けることで、めぐりや滞りをスムーズにしてくれます。
香ばしい香りで気分をホッとさせてくれる味わいです。

家事や育児の合間のリフレッシュには

「こころ晴れやかアロマ」がおすすすめです。

お部屋で芳香浴を楽しめば、はじけるような爽やかな香りが
まるで大草原で深呼吸しているような晴れやかな気持ちへと
導いてくれます。

夏日に近いと感じる暑い日には、

グレフル美巡茶を濃いめにお湯で抽出してから

炭酸で割り、お好みのフルーツを添えて飲むのもおすすすめです。
ピンクの鮮やかな色と酸味が、元気をチャージしてくれます。

毎日少しずつハーブアイテムを取り入れ、
気分転換して、明日に備えませんか。
植物と果実の香りでココロまで華やかに。
ハーブで今よりちょっといい毎日を。

お届け便
スタッフ
一同



enherb



Rose red

Heath



Rose hip



Strawberry



April

ハーブティーを使った
簡単アレンジを楽しもう!



Recipe

バニラ&苺とローズの香りの調和 ハーブティーアフガード風

- 1 茶葉大さじ2杯分を100mlの熱湯で約3分浸出し、濃いめのハーブティーをいれる。
- 2 器に盛ったバニラアイスの上から、冷ました①をかける。お好みではちみつやコーンフレークをトッピングするのもオススメ!

ハーブティーの美味しい淹れ方

カップに茶葉を大さじ1杯程度入れ、沸騰から一呼吸おいたお湯(95~98℃)を200cc注ぎ、3分間蒸らす。

Point!

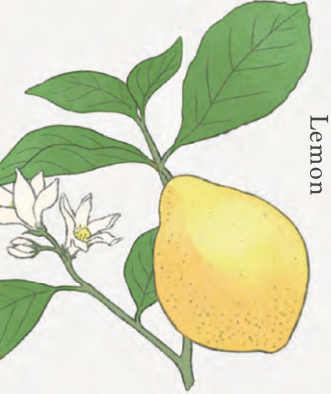
茶葉はよくかき混ぜてから入れると美味しく仕上がります!

「凛として輝く毎日に苺とローズ茶」
暮らしにちよつといいアイデア

[凛として輝く毎日に苺とローズ茶]をもっと知りたい方はこちら >



April



Lemon



Lemongrass



Lemon myrtle



Peppermint

水出しハーブティーで
毎日美味しく楽しく!



Good idea

ノンカフェインで罪悪感ゼロ
水出しハーブティーを持ち歩いて、
いつでも気分転換♪

オフィスでの息抜きに

簡単&入れっぱなしOK
だから、毎日持ち歩いて、

移動中の水分補給に

さっと、水分&
ミネラルを

夜のリラックスタイムに

補給しましょう。



水出しハーブティーの美味しい淹れ方

スティック型のティーバッグと水500mlを、寝る前に容器
に入れ、冷蔵庫で一晩(6~8時間) 置けば出来上がり。

Point!

ティーバッグは容器に完全に入れてください。

飲む時に容器を振って混ぜると味が均一になります。

暮らしにちよつといいアイデア
「水出しアイスハーブティー レモンピール&レモンマートル」

[水出しアイスハーブティー レモンピール&レモンマートル]をもっと知りたい方はこちら >



Grapefruit



Palmarosa



Lavender

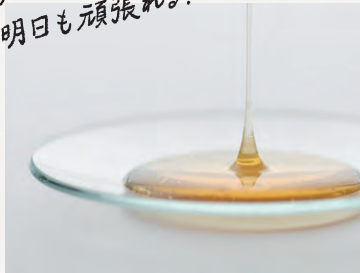


Sage



April

ハーブと果実の香りで
明日も頑張れる!



Good idea

アロマで7日間のリラクゼーション体験
バスタイムはハーブの
チカラ&香りを堪能しよう♪

シャンプー&コンディショナー

オリエンタルフローラル調の
アロマで髪もあなたもリラックス。
幸福感を与える香り



Ylang Ylang
イランイラン



Geranium
ゼラニウム



シャンプー

毎日のプレッシャーから、
やさしく解放する香り



Grapefruit
グレープフルーツ



Lavender
ラベンダー

コンディショナー

心穏やかにゆったり
過ごし、笑顔を取り戻す
調和の香り



Palmarosa
パルマローザ



Sage
セージ

暮らしにちよつといいアイデア
「シャンプー&コンディショナー 7日間お試しパウチセット」

「リバイタライズシャンプー」「エクストラリペアコンディショナー」の本製品の情報を知りたい方はこちら >





Japanese Apricot



May



Oats



Hibiscus



American
Ginseng





enherb



Lemongrass

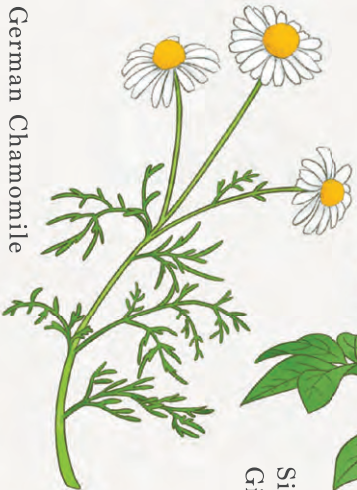


Stevia

May



Siberian
Ginseng



German Chamomile

ハーブティーで
穏やかな休息を



Good idea

環境の変化などでモヤモヤしたら… ティーバッグで 手軽に気分を切り替えて

ティーバッグだから時間や場所を選ばず、
いつでもさっと淹れられます。

多忙な日々のおまわりに

穏やかなアフタヌーンに

やる気を高めたい時に



檸檬カミツレ茶のプラスワンアレンジ!

檸檬カミツレ茶のレモンの優しい風味には、はちみつを
加えるのがおすすめ!レモンティーのような甘酸っぱさ
を楽しめます。

「天使の休息 檸檬カミツレ茶」
暮らしにちよつといいアイデア

[天使の休息 檸檬カミツレ茶]をもっと知りたい方はこちら >





Eucalyptus

May

Peppermint



Rosemary



Arnica



カラダがふっと楽に♪



Good idea

軽やかな感覚がクセになる！
爽やかボディジェルで
いつでもリフレッシュしよう

こんな時に・・・

勉強中

仕事の
合間

スポーツ後

お風呂
上がり

ユーカリ※の爽快な香り&適度なひんやり感で
すっきり通り抜けるような感覚に ※ユーカリ葉油(香料)

使用方法

適量を手に取り、首・肩・腕などに軽くマッサージするように
塗布してください。集中したい時は首筋がおおすすめです。

さらに

手に残った香りをすーっと深呼吸して
吸い込むと、よりリフレッシュできますよ。

「リフレッシュジュエリー ユーカリ&アルニカ」
暮らしにちよつといいアイデア

[リフレッシュジュエリー ユーカリ&アルニカ]をもっと知りたい方はこちら >



Grapefruit



June

Lemongrass



Rose Hip



Juniper



ハーブモクテルで
楽しもう!



Recipe

ノンアルコールカクテル

茶葉でつくる グレフルモクテル(1人分)

- 1 グレフル美巡茶の茶葉 大さじ山盛り3杯に、沸騰から一呼吸おいたお湯を200cc入れる。3分蒸らして茶葉を取り出し、濃いめのハーブティーをつくる。
- 2 大きめの氷2~3個を入れたグラスに、オレンジジュースまたはお好みの飲料を1/3程度注ぐ。
- 3 ②に①のお茶を、氷に当てながら少しずつ注ぐ。
お好みでオレンジやグレープフルーツなどのフルーツを飾ると、おもてなしにぴったりです♪

グレフル氷でプラスワンアレンジ!

濃いめに抽出したグレフル美巡茶で「グレフル氷」をつくります。その氷でモクテルをつくれれば、さらに濃厚な風味に。

他にも

「グレフル氷」に炭酸を入れて、かき混ぜながら飲んでも美味しい!

「暮らしにちよつといいアイデア」
びじゅんちゃ
「すっきりキュッと グレフル美巡茶」

びじゅんちゃ

[すっきりキュッと グレフル美巡茶]をもっと知りたい方はこちら >



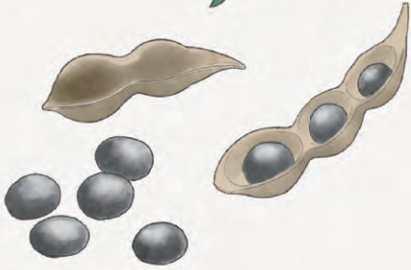


Mulberry

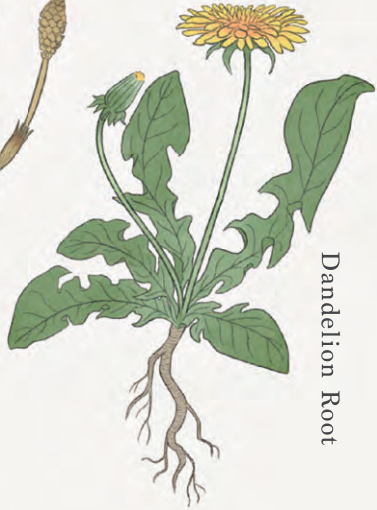


Horsetail

June



Black Soy Bean



Dandelion Root

さあ、溜めないカラダへ!



Good idea

黒豆風味はどんなシーンにも◎ 1日のサイクルに合わせて飲んで 美味しくセルフケアしよう!

1日3~4杯、水分補給の代わりに取り入れて、
すっきり整う自分へ。



※今回お送りしている茶葉 50gは、1日3~4杯飲んだ場合、約3日分です。

「無敵のアタシ」のキーハーブ『マルベリー』

日本名「桑の葉」。ビタミン・ミネラルの他、
注目の成分「デオキシノジリマイシン」を含み、
糖質や炭水化物が大好きな方の頼れる味方です。



「無敵のアタシ」
暮らしにちよつといいアイデア

[無敵のアタシ]をもっと知りたい方はこちら >





enherb

Rosemary

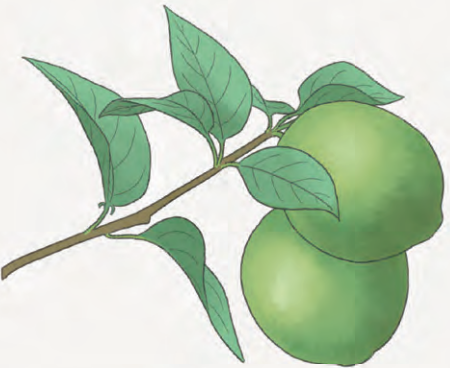


June

Cedarwood Atlas



Lime



Peppermint



香りとともに深呼吸して
リフレッシュ♪



Good idea

ココロを晴れやかにする香りで
空間のじめじめや、
だるい気分を一掃しよう！

湿気が気になる梅雨時期は、エッセンシャルオイルの植物の
香りを活用して、爽やかで清々しいひとときを。

アロマの楽しみ方いろいろ

- 基本編** アロマポットやディフューザーを使用。
- 手軽編** ハンカチやティッシュに1~2滴たらし、
デスクや枕元に置く。
- アレンジ編** 無数エタノール(2.5ml程度)と精油(1~
3滴)を混ぜ、お湯を張った洗面器に入れ
てよくかき混ぜ、手湯や足湯を楽しんで。

※肌に刺激を感じた場合は直ちに流してください。

「こころ晴れやかアロマ」

暮らしにちよつといいアイデア

[こころ晴れやかアロマ]をもっと知りたい方はこちら >

