

愛犬のためのアロマとハーブ

一緒に楽しめる
精油・ハーブなど
リストで紹介！

川西加恵 著
1,980円(税込) 

同居しているネコちゃん
小動物に使えるものも
紹介します！

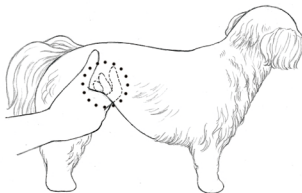


好評発売中!!

心拍数の測り方



心臓は左前脚を
軽く曲げたとき、
足の中ほどの関節が
あたるあたり。
ここに手をあてて
心拍数を測る。



香りでリラックスすると
心拍数が下がる傾向に
※嫌いな香りなら
上がる傾向