

# Mitari Kutari Janshitari

ハーバリストはははるなのハーブ漫画エッセイ



— みたりに きたりに ためしたり —

こんにちは  
ははるなの

それは、サエさんの  
フラワーエッセンス  
スタンドだ

私の楽しみは  
とあるブーシ...

神奈川県・葉山  
一色海岸にて

ノバスコシアオーガニクスも参加  
SHONAN BEACH YOGA  
5周年イベント開催

omedetou!

カードを使って  
自分に必要な  
エッセンスを選び、  
心のケアや、  
落ち込んだ時などに  
取り入れる。

38種の植物の  
エネルギーを孕した  
エッセンスを飲用して  
使用する植物療法。

Bach  
バッチ博士

フラワーエッセンスは  
英国のバッチ博士に  
よって考案された

私が選んだのは  
「ワイルドローズ」と  
「パーペイン」

パペインは  
広い抱擁を持って  
リラクゼーション  
ワイルドローズは  
心のケアや、  
あきらめないで、  
頑張れー！  
というメッセージ

エッセンスを口に含む  
と心の緊張が緩んで  
リラクゼーションできたり、  
前向きになったり

本来の心のバランスを  
取り戻すことが  
できるんだよ

サファードもある  
サエさん

自然からのメッセージが伝わる  
フラワーエッセンス  
一度、お試しかれ

子どもたちの  
言葉にできない心のこと...  
自分を見つめる時間にも

心癒されるよ

本当は海直り  
したかったの...

前回も「ワイルドローズ」  
だったね、よっぽど記憶  
しているんだね

登場人物 <フラワーエッセンス・プラクティショナー> 山根佐枝さん 葉山御用部の様、一色海岸から徒歩1分、一軒家のカフェ「サロン「やまねこ」」店主、  
イベント情報はフェイスブック、或いはブログをチェックしてね。 <http://yamanekohym.jugem.jp>



harunatanovanoscia  
ノバスコシアオーガニクス  
<https://novasciotiaorganics.jp>

## ははるなの

企業家・ハーバルセラピスト・漫画家  
南フランス留学中に植物療法に出会い、ハーブを学び始める。肩の力を抜いた「ははっは」なハーブケアを提案し、ハーブを題材にした漫画も執筆中。カナダのオーガニックハーブサブメント「ノバスコシアオーガニクス」ジャパン代表。1児の母。



＃ノバオのハーブサプリ  
メントもたのしめてね



## ははるなのの11ハーブ知識

### タイム (Thymus vulgaris)



シロクイブネシロクワツクシの多年生植物

期待される主な効果

抗菌、鎮痛、去痰

使用例

ハーブの中でも最も抗菌力が強いことで知られているハーブ。喉の腫痛には、煮く抽出したタイムのハーブティーでうがい効果的。喉が痛んで辛い時にも。