

忙しい女性の秋を、24時間美しく… 秋は「切り替え」て秋バテ予防

秋は過ごしやすい季節と思いがちですが、夏バテが長引いたり、夏をがんばって乗り切った疲れが秋になって出てくるなど、「秋バテ」になりやすい時期。秋の生活習慣を早めに「切り替える」ことが秋バテ予防となります。

そこで忙しい女性のキレイを内側と外側から応援するそごう・西武の「LIMITED EDITION beauty24」では今年も秋は「切り替える」をテーマに、この時期に多い「だるい」、「食欲がない」、「やる気が出ない」といった悩みを改善する、秋のおすすめアイテムをそろえました。

また、各メディアにもご出演されている順天堂大学医学部総合診療科研究室・病院管理学研究室内の小林弘幸教授によるスペシャルコラム『もう「秋バテ」に悩まない！自律神経が整う2つの習慣』も特設サイトで公開中。内側からも負けない美しいカラダになるべく、忙しい女性の秋を24時間応援いたします。

「LIMITED EDITION beauty24・秋」

■会期：8月19日(金)～9月5日(月)

■展開店舗：西武池袋本店、西武渋谷店、そごう横浜店＝各階対象売場

■特設サイト：<https://sogo-seibu.jp/beauty24/> ※8月19日(金)午前10時公開

【朝】Switch!～ぼんやり気分を引きずらない

レコルト／ワッフルポウルメーカー

税込 7,560 円

ひと手間かけたおしゃれな朝食なら食欲のない朝も気分が上がること間違いなし。食べられる器にサラダやフルーツなどを盛りつけて自分流のアレンジを楽しめます。



【昼】Plus!～無理をせずひと工夫

リミテッド エディション／パンプス

税込 17,280 円

頑張りすぎてしまう季節には足に優しい靴を選んで無理をしない事が大切。働く女性の靴の悩みに向き合い、パンプスを独自に開発しました。きちんと感がありながらも足が痛くならない設計。



【夜】Rest!～秋の夜長を有効活用

SHAREFUN®／ふんどし

税込 2,139 円

一日の仕上げとなる眠りの質をあげることが大事。ゴムを使わず紐で調整できるふんどしは、締め付け感がないので心身共に開放されてリラックスできます。



【休日】Self-care!～自分メンテナンス

バオバイト／ピーチマンゴ・ブラッドオレンジ

税込各 397 円

サバンナ地帯でとれるバオバブ入りのフルーツ菓子。甘酸っぱいグミのような食感でお菓子感覚でそのままお召しあがりいただけます。スポーツで汗を流した後はきちんと栄養も補いましょう。



※本リリースの掲載画像はイメージです。