

ほかほかのセラピーを
受けながらの雪見スハ。
じんわり温まったら、
「上がる」と評判の
ゴツドハンドに身をゆだねる



ゆっくりじっくりオイルトリートメント
でリンパを開き、体がぐるぐる流れてから
ホットストーン。ブラックシリカは肌
の上に置かれただけでその滑らかさを感じ
られる不思議な石。のせた瞬間はちょ
っと熱いと感じるくらいですが、ジンジン
ジワジワ温かさが体の奥深くまで伝わ
ってジワッと発汗してきます。

北海道は寒いと覚悟して旅に出
かけてきましたが、白い雪の世
界は不思議とはつこり温かい気
持ちがしました。時折はらりと
舞う白い雪を眺めて、青白いに
こり湯の温泉に身をゆだねると、
自分の中に溜まっていたオリの
ようなものがゆっくりと溶け出
して流れていくようです。冬に
なると感覚がなくなってしまう
程冷えていた足先まで血がしっ

かりと巡って体が息を吹き返し
ます。気になる冷えは、緊張や
ストレスから気の巡りのバラン
スが悪くなってる起こることもあ
ると知りました。単に凝りをほ
ぐすというのではなく、体のパ
ーツパーツのスイッチを切った
り入れたりしてくれている感じ。
白い温泉と雪の世界は癒やされ
て、真つ黒なハワーストーンで
エネルギーチャージです。