秋バテ

9 月になりまだまだ暑い日が続きますが、この時期気を付けたいのが秋バテです。 寒暖差や冷たい物を食べすぎることにより、食欲不振や疲れやすくなるなどの症状が現れることが多いです。

秋バテが起こる原因

「秋バテ」夏の暑さもやわらぎ、涼しくなってきたのにもかかわらず体がだるい、疲れやすい などの身体の不調が続いてる状態をいいます。

原因としては夏の間の冷たい冷房や冷たい物の摂り過ぎによって自律神経が乱れているのに加え、秋の朝昼夜の寒暖差や低気圧の影響が加わってきます。

こんな症状がでたら秋バテかも!?

・体がだるい ・1 日中眠い・食欲がない
・朝すっきり起きられない
・やる気が起きない・寝つきが悪い

似たような症状に夏バテがありますが、夏バテは 7、8 月の暑い時期に体の不調が表れますが、秋バテは涼しくなったころに症状が出ることが多いです。

秋バテを予防しよう！

食欲の秋

そもそも「食欲の秋」と呼ばれている理由をご存じでしょうか。

秋に旬を迎える食べ物が多いというのも理由の1つですが、実は「食欲の秋」と呼ばれるのは私たちの体の仕組みが関わっています。

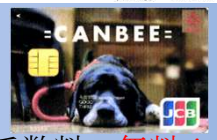
その大きな理由の正体は、食欲の調節や精神の安定させる作用を持つ神経伝達物質である「セロトニン」。別名「幸せホルモン」とも呼ばれる「セロトニン」はあらゆる快楽と密接に関わっているのですが、近年では日光を浴びた時間によって分泌される量が変化することも分かってきました。

そして、セロトニンは日光を浴びることの他に「食事を摂ること」でも分泌されます。

9月・10月と日中の日射時間が減少することによって精神を安定させるためのセロトニンが不足し、それを補うために人の食欲が増加すると考えられます。

pixta.jp - 57161712

キャンビーJCB CARD 新規入会受付中!！



- 入会費・年会費 無料！
- いつでも10回払いまで手数料 無料！
- 年数回のセール実施で、どこでも12回払いまで手数料 無料！
- もらって嬉しいベネフルポイント進呈（100円につき１ポイント）

STUDIO FRASH!

NEWS PAPER

10月（神無月、かんなづき）
この月に日本中の八百万（やおよろず）の神様が、出雲の国（島根県）に集まり会議を開き、他の国には神様がいなくなってしまうことから、「神無月」と呼ばれてきました。神様の集まる出雲の国では「神在月（かみありづき）と呼ばれています。

秋の七草（あきのななくさ）
萩（はぎ）・桔梗（ききょう）・葛（くず）・撫子（なでしこ）・尾花（おばな ※「すすき」のこと）・女郎花（おみなえし）・藤袴（ふじばかま）
春の七草はお粥にしていただきますが、秋の七草は見て楽しみます。

今年の暑い暑い夏がやっと終わり過ごしやすい季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか？もう夏物はしまい込んでよさそうですね。しかし、異常気象とはいえ毎年最高気温更新の暑さには困りはてますね。私たちも本気で地球温暖化対策に取り組まないといけないような気がします。そして今年のカレンダーも残り少なくなりました。これから一気に冬を迎える事となります。早目に冬の準備を始めませんか？まずはインポートのニットから、そして今年は特にカシミアのセーターが充実しています。ダウンパンツも見逃せないアイテムですよっ！創業祭の為、キャンビーポイント2倍となります。ご来店お待ちしております。

キャンビー創業祭『４３周年』フェアー

キャンビーポイント 倍セール

期間中キャンビーポイント2倍セール開催中！！

インポートコレクション

SEVENTY、MARELLA LIVIANA CONTI NOMAME IBURUS **揃いました。**

10月16日(月)～10月31日(火)

2023
STUDIO FRASH！

STUDIO FRASH！

BLUE FRONCEワンピース
¥29700
pot-au-feuパンツ¥15180
Plaisirニットハット¥4290
DUG standard guardant
バック¥14300
energy　ニットブーツ¥20680

Goki コート¥36300
Goki スカート¥24300
gomme　ハイネックスエット
¥24200
DUG standard guardant
バック¥14300
energy　シューズ¥14030

Plaisir　ストール¥4290
pot-au-feu　　ワンピ¥16280
pot-au-feu ワイドパンツ¥13200
les basiquesバック¥30800
energy シューズ¥14080

Otto シャツワンピ¥36300
Otto ワイドパンツ ¥26400
Plaisir ベレー帽¥4290
ESPRITCOREバック¥66000
pot-au-feu　Tシャツ¥7590
ニットブーツ¥19800

SANDAY　ドッキングスエット¥8690
Plaisir　ニット3点セット¥6490
DUG standard guardant　レザーバック¥143200
BLUE FRONCE　ストレッチデニム¥17050
gomme　ソックス¥3190
energy　フェイクファーサンダル¥5390

STUDIO Frash!

Camber.

キャンビー創業祭『４３周年』フェアー

キャンビーポイント　倍セール

期間中キャンビーポイント2倍セール開催中！！

10月16日(月)～10月31日(火)

お得な倍セールです。ご来店お待ちしております。

LIVIANA CONTI　ニット
ストール¥31900
LIVIANA CONTI ニット
¥53900
MARELLA スカート¥38500
les basiques　携帯バック
¥19800
les basiquesトートバック
¥31900
Plaisirベレー帽¥3190
ブーツ¥27600

MARELLAニットジャケット¥49500
MARELLA ラインスカート
¥38500
鳥居ユキボウタイ¥73700
DUG standard INCIPIT
トートバック¥17600
energyブーツ¥10780

ジャケット¥145200
ニット64900
スカート¥113300
バック¥35200
パンプス¥26400

SEVENTY　チェスターコート¥187000
LIIANA CONTI　ニッソーパンツ¥52800
MARELLAR　バック¥36300
DINNN　ポストマンバック¥41800
energy　ブーティ¥10780

インポートコレクション

SEVENTY、MARELLA LIVIANA CONTI NOMAME IBURUS
揃いました。