

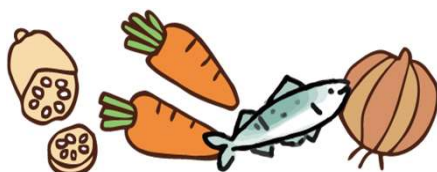
## 夏バテ後遺症のための対策とは

### ① お腹を '冷やさない' を意識する

熱中症を予防するために、よく冷えた水を大量に飲んでいる人もいます。冷たいものを積極的に摂取することは、激しい暑さから夏バテを防ぐために有効な対策法にも思えますが、冷たいものを大量に取り込んだ胃腸はどんどん冷えていき消化機能などの働きが鈍ってしまうのです。その結果、消化不良による胃もたれや食欲不振などの不調が現れてしまいます。

### ② 身体を内側から温めてくれる食材をとる

ショウガ、れんこん、にんじん、にんにく、山椒、かぼちゃ、たまねぎ、ねぎ、唐辛子、鶏肉、牛肉、松の実、いわし、さば、えび、もち米など、身体を内側から温めてくれる食材を、加熱調理し、温かい料理としていただくことで、より身体が温まります。



### ③ 秋の服装に近づける

気温の変化が原因で体調を崩さないためにも、自分で温度調整ができるよう服装を工夫することが大切です。夏のように気温が高い日でも、薄着は避け、着脱できるよう羽織ものを持参してください。また、下半身はとくに冷えから守り、保温をしておきたい部分です。素足になるサンダルをさげ、足首を冷やさないようにレッグウォーマーや靴下を着けてください。

## おおむらフプレミアム商品券

1冊6,500円分の商品券を5千円で販売  
1人2冊まで

期間 令和6年7月~令和6年10月まで  
是非ご利用下さいませ。



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



## 9月 (長月)

「長月は、古くから「夜長月(よながづき)」が略されたものだといわれてきました。旧暦9月ともなれば、ずいぶん日の入りが早くなり、夜が長いと感じるようになります。そこから「夜長月」と呼ぶようになり、縮まって「長月」になったということです。ほかに、「稲刈月(いねかりづき)」や「稲熟月(いなあがりづき)」が変化したという説もあります」

### 【菊秋】(きくしゅう・きくあき)

旧暦9月といえば、菊の月だったようですね。9月9日は、菊の節句とも呼ばれる重陽(ちょうよう)の節句。江戸時代は盛大にお祝いをしたそうです。「菊秋」「菊見月(きくみづき)」「菊咲月(きくさきづき)」「菊開月(きくひらきづき)」「菊月(きくげつ・きくづき)……これらはすべて9月の異称です。



## 2024AUTUMN collection 9月14(土)~

## B-MEN オーダーシャツ2P7エアー 9月10日(火)~

STUDIO FRASH!

<http://canbee.jp/>

0957-54-5005

2024  
STUDIO FRASH!

Vol 93

# 2024AUTUMN collection



MARK AND PLUS +2 ジャケット¥22000  
 ベスト¥12100 パンツ ¥22000  
 SEVENTRY 1970 白\_T. ¥38500  
 DUG standard INCIPIT リュック¥41800  
 NO NAME シューズ ¥35200



gomme ロングスエット¥16500  
 MARK AND PLUS +2デニム¥20900  
 les basiques バック¥38500  
 NO NAME シューズ ¥26400



gomme カットソー¥20900  
 gomme. ドッキング  
 スカート¥30800  
 NO NAME シューズ¥27600



SEVENTY 1970 シャツ ¥49500  
 blancvert. Tシャツ ¥17500



iBLUES ブラウス¥42900  
 MARELLA. デニム¥37400  
 SALON DE GRES ¥28600



iBLUES ピーコート  
 ¥88000  
 ワンピース ¥67100  
 バッグ¥28700



GOKI. プルオーバー¥20900  
 GOKI. スカート¥26400  
 blancvert フードT  
 ¥31900 **[50%OFF]**  
 energy ショートブーツ  
 ¥14300

STUDIO Frash!

Canbee.

# NO NAME

フランス発 NO NAME  
 新作入荷しました!



¥26400



¥26400



¥35200

## ORDER SUIT

ワンランク上のオーダースーツ

2025年 成人式オーダースーツ  
**注文受付中!**

成人式 一生に一度の晴れ着にオーダースーツを、  
 あなただけのオーダースーツをお仕立ていたします。

## ORDER SHIRT 2P FAIR

オーダーシャツ 2着で <b>20,900円</b> (税込)	インポート生地 2着で <b>28,600円</b> (税込)
------------------------------------------	------------------------------------------

**9月7日(土) - 10月8日(火)**

大村市本町 390-1  
 tel. 0957-54-9005  
<http://www.canbee.jp>

通常1着14,000円のオーダーシャツが  
 2着で20,900円(税込)で作れます。  
 今時からインポート生地(2着で28,600円(税込))  
 も作れます。