

vol. **5**

夏を乗り切るこの一杯

**ハーブティー**

Herb Tea

長時間パソコンに向かってしていると肩がこったり腰が痛くなったりする。ネットサーフィンをしていてページがなかなか表れないとイライラする。インターネットマガジンの読者の中にも心当たりのある人がいるのでは？ このコーナーでは、そんな悩みを抱えている人のために「心と体を癒してくれる」便利なグッズや楽しいアイテムを紹介しよう。

## 【おすすめのハーブティー】

ジャーマンカモミール  
胃腸の調子が悪いときに効果的。使い終わったティーバッグをまぶたの上に10分ほどのせておくと、目の疲れが癒される。

クランベリー

目の疲れに効果がある。モニターに長時間向かっている人におすすめ。しみ、そばかすを防ぐ効果もあり、女性に人気。

ペパーミント

飲み過ぎ、食べ過ぎ、二日酔いなどに効果的。気分転換にもってこいのお茶。



アルビタハーブティーはティーバックになっているので、会社でも気軽に楽しめる。捨てる時もラクチンだ。

もうすぐ7月、暑~い夏がやって来る。開放的な気分なり、どうしても食べ過ぎがち、飲み過ぎがちになる。そして、夏バテ。仕事もネットサーフィンも、な~んもしたくないもんねなんて気分にも...。そんな時に登場するのがハーブティーだ。胃腸の不調やストレス、偏頭痛などに効果があるという。今回も、エッセンシャルオイルのときにお世話になったグリーンフラスコさんに、ハーブティーをおいしく飲むコツとおすすめのハーブティーを教えてください。

## 【おいしく飲むコツ】

- 1 : 100度の熱湯200mlにティーバック1袋(1人分)を3分~5分間入れ、じっくりエキスを抽出する。このとき必ずふたをして揮発性分が逃げないようにしておく。
- 2 : 立ちのぼる香りを楽しみながらゆっくり飲む。香りには心身をリラックスさせる効果がある。
- 3 : 可能であれば仕事でも1~2時間おきに飲むと効果的。

【製品名】アルビタハーブティー

【問い合わせ先】グリーンフラスコ株式会社

Tel.03-5729-4682(自由が丘) Tel.03-5729-1662(通販部)

<http://www.chica.com/g-flask/>

## インターネットネット快樂通信





## [インターネットマガジン バックナンバーアーカイブ] ご利用上の注意

このPDFファイルは、株式会社インプレスR&D(株式会社インプレスから分割)が1994年～2006年まで発行した月刊誌『インターネットマガジン』の誌面をPDF化し、「インターネットマガジン バックナンバーアーカイブ」として以下のウェブサイト「All-in-One INTERNET magazine 2.0」で公開しているものです。

<http://i.impressRD.jp/bn>

このファイルをご利用いただくにあたり、下記の注意事項を必ずお読みください。

- 記載されている内容(技術解説、URL、団体・企業名、商品名、価格、プレゼント募集、アンケートなど)は発行当時のものです。
- 収録されている内容は著作権法上の保護を受けています。著作権はそれぞれの記事の著作者(執筆者、写真の撮影者、イラストの作成者、編集部など)が保持しています。
- 著作者から許諾が得られなかった著作物は収録されていない場合があります。
- このファイルやその内容を改変したり、商用を目的として再利用することはできません。あくまで個人や企業の非商用利用での閲覧、複製、送信に限られます。
- 収録されている内容を何らかの媒体に引用としてご利用する際は、出典として媒体名および月号、該当ページ番号、発行元(株式会社インプレス R&D)、コピーライトなどの情報をご明記ください。
- オリジナルの雑誌の発行時点では、株式会社インプレス R&D(当時は株式会社インプレス)と著作権者は内容が正確なものであるように最大限に努めましたが、すべての情報が完全に正確であることは保証できません。このファイルの内容に起因する直接のおよび間接的な損害に対して、一切の責任を負いません。お客様個人の責任においてご利用ください。

このファイルに関するお問い合わせ先

**株式会社インプレスR&D**

All-in-One INTERNET magazine 編集部

[im-info@impress.co.jp](mailto:im-info@impress.co.jp)