



喜の実茶房



## 夏の薬膳茶

暑く湿気の多い夏。

「体の熱を冷ます」「汗で消耗しがちな水分を生み出す」  
「ココロを安定させる」「体内の余分な湿気を除く」  
「お腹のはたらきをよくする」

こんなパワーのある食材を上手にとりいれると健やかにすごせます。

喜の実茶房では、中国の伝統医学の智慧を生かし、季節や  
体質・症状にあった食材たちが、おいしく響きあうようこころがけて  
お茶をおつくりしています。

日々の生活になじみ、  
皆様の喜びにつながっていただけたら嬉しく思います。

薬膳コンシェルジュ

喜の実茶房 侑子

## 果実の音楽

軽やかな甘さの中にさわやかな酸味も広がり、まるで果実や種、花たちが  
優しいメロディを奏でているようです。

水分を生み出したり、「気」を補ったり、ココロを安定させる食材たちが  
活躍してくれます。

…こんな方に…

疲れやすい / 貧血気味 / ロヤのどが渇く  
肌や髪が乾燥する / 目が疲れている  
ストレスが多い / イライラしやすい  
心配ごとが多く くよくよしがち / 胃腸が弱い



(ナツメ・杏の種・サンザシ・ローズヒップ・ココ・マイカイカ・ミカンの皮)

700円

## 湖水にゆれる花

さわやかな紫蘇の香りが晴れやかな気分へみちびいてくれるお茶です。

気のめぐりを良くしてお腹のはたらきを向上させたり、体内の余分な湿気を  
除いてくれる食材をあつめました。

…こんな方に…

イライラやストレスが多い / 胃腸が弱い  
むくみやすい / 体や頭がおもだるい  
天気が悪いと体調も悪い  
リラックスしたい / 目が疲れている



(紫蘇・ハト麦・ココの実・ミカンの皮・生姜・ジャスミン)

700円

\*スイーツセットは100円引きです