

ココロとカラダが軽やかにラクになる、メンタル・マインド・スピリットのととのえ方。

ベジィ
VOL. 88

veggie

楽しむヘルシースタイルライフ



メンタルケア

Mental Health



世界的ベストセラー
「スマホ」著者、
精神科医
アンテシユ・ハンセン氏
独りインタビュー

SERENDIP
TRAVEL

注目のフェムフード
ホリスティックフェムケア

心の平穏を探しに

webmaster@sanri.co.jp
