

01 item

私を癒やす

heal



他人の評価ではなく自分軸で自身を大切にしている行動や考え方を「セルフラブ」といいます。決まった方法はありませんが、自分の幸せを優先することがポイント。そこで今回は、セルフラブに役立つアイテムを紹介します。

セルフラブ アイテム

自分を好きになって、もつとよい明日へ！

ふせんはぶにぶにカバーと同じデザイン！



ぶにけつふせん

動物たちのかわいいお尻をかたどったユニークで愛らしい付箋。手触りぶにぶにのカバーでストレス解消も。税込価格 440円

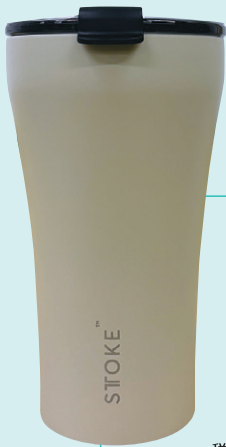
カセットテープメジャー

カセットテープ型のデザインが新しくてなつかしいメジャー。キーホルダー付きで持ち歩きやすく、1.5mと長さも十分あって実用的。税込価格 825円



ストックタンブラーL

持つだけで様になるデザインと豊富なカラーバリエーション。セラミックコーティングでにおいや汚れが付きにくくお手入れも簡単。税込価格 約355ml 5,940円



プラスアイテム



税込価格 1,870円

ティーインフューザー

セットすれば、外出先でも香り高いお茶でひと息つけます。



茶葉そのままOK!



うかんむり

ウカンムリクリップ

紙を挟む部分が二股になった「うかんむり」の形状により、本やノートの内容をじゃませず開き癖もつきにくいストレスフリーのクリップ。税込価格 660円



USB充電可!

nerugoo充電式ホットアイマスク

頑張った自分にばかばかのご褒美タイムを。かわいさとふわふわ感も格別。充電式で繰り返し使え、30分電源自動オフ機能付き。税込価格 4,480円

スライドジッパー式カバーだからペンなどをまとめて携帯できる!



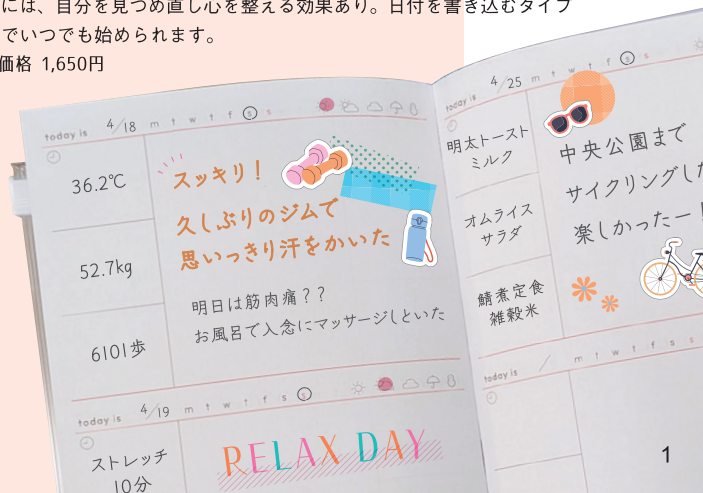
私をほめる

02 item

praise

MARK'Sライフログ用日付フリー手帳 ファンログ

生活の中で感じたことや体調などを記録するライフログ用の手帳。書くことには、自分を見つめ直し心を整える効果あり。日付を書き込むタイプなのでいつでも始められます。税込価格 1,650円



03 item

私をいたわる

caring

リカバリーケアローラー

アスリートにも愛される MUELLER 製。ローラーを前後にローリングするだけで筋肉をほぐして血行を促進し、疲れをリセット。

税込価格 5,500円



リカバリーボールEZ

同じく MUELLER の肩や腰を狙い撃ちする多機能マッサージボール。4種の凹凸で刺激具合の調整ができより深いケアができます。

税込価格 3,960円



落下防止のストラップ付き



アタッチメント付き



ハンズ限定アイテム

エクサガンポケット

気になる箇所を気軽にケアできるポケットサイズのマッサージ器。ハンズ限定モデルは、3種のオプションパーツがセットになってお得。 税込価格 7,480円

04 item

私をみつめる

find



M.モウズレイ クリーニングキット

革靴にしみこんだ汚れや汗を洗い流せるシューケアセット。専用石けんでしっとりソフトな仕上がり。無心で靴を磨けば心もリフレッシュ！ピカピカの靴は自信にもつながります。

税込価格 2,860円

せいろ付きホーロー鍋18cm

ヘルシーかつ時短、そのまま食卓にも出せるせいろ料理で若さと健康をキープ！単体でも使えるホーロー鍋とのセットは初心者におすすめ。

税込価格 5,500円



キレイに育ったね！



育てる水草

水草を種から育てて、オリジナルのアクアリウムをつくってみませんか。ガラス鉢から流木、石まで必要なものが一式揃った便利なキット。 税込価格 3,300円

セルフラブを意識すると、自分を信じて行動できるようになり、結果、新しいことへの挑戦や不安を乗り越えやすくなります。自分の良い面も悪い面も「これが自分」と受け入れ愛する。このことを意識するだけでも、毎日は少しずつ違ってくるはずです。

教えてくれた人



ハンズ金沢店
さとう まこさん
Satou Mako

金沢店オープン時から勤務し、現在は文具担当。料理とお酒をこよなく愛するゆえ、キッチングッズにも精通。「暮らし」にまつわるハンズスタッフの公式アカウントでおすすめ商品を発信中。

hands_kurashi



金沢市香林坊 2-1-1
クラン・プレイス香林坊 GF
営業時間 10:00 ~ 20:00
休業日 HP などで確認
TEL 076-221-0109



パロサントスティック・ホルダー
南米原産の香木を職人が手斧でカットした自然素材のアロマ。リラックスや浄化の効果があり、木の風合いがインテリアにもなじみます。

税込価格 スティック(パルー産) 1,210円
ホルダー 1,100円