

今の自分をもっと知る 30days Diary

「心・からだ・肌」は、すべて一つにつながっている。

強く美しい、健やかな肌を手に入れたいのなら、スキンケアだけでなく、心とからだ、さらには自分をとりまく環境まで、ホリスティック(包括的)にケアしなくてはならないはず。

今日、何を食べたか。
何を考えたか。
どうやって肌に触れたか。
誰とどこで過ごしたか……。

そのすべてが、あなたという美しさのすべてにつながっている。

THREEは、日々の生活と密接した“セルフケア”こそが、真のホリスティックケアであると考え、スキンケアを超えた様々な視点から、自分に向き合い、自分をケアする方法を提案します。



THREE Official Websiteで配信中
THREE TREE MUSIC for skincare time

毎日のセルフケアタイムをもっと楽しく、もっと心地よくしてくれる、THREEオリジナル音楽の配信をスタート。心・からだ・肌と一つになり、全身を心地よく巡っていくような音楽を、朝のセルフケアタイム、夜のセルフケアタイム、それぞれのBGMとしてご用意しました。



試聴&ダウンロード(無料)はこちらから → www.threecosmetics.com/brand/three-tree-music/

THREE

THREE

THREE

's HOLISTIC DIARY

感じたこと、考えたこと、触れたもの……。
心に浮かんだ“あなたの何か”を、30日分集めてみましょう。
書くことに悩んだら、こんなことを思い出してみてください。

今日の一曲	自分の頬の感触、何みたい?	今日したエクササイズ
今日、本当は言いたかったこと	来週一番楽しみなこと	今日のコーヒーの味

since 2018 . . .

Day 1

Day 2

Day 3

Day 4

Day 5

Day 6

Day 7

Day 8

Day 9

Day 10

Day 11

Day 12

Day 13

Day 14

Day 15

Day 16

Day 17

Day 18

Day 19

Day 20

Day 21

Day 22

Day 23

Day 24

Day 25

Day 26

Day 27

Day 28

Day 29

Day 30