

# ホホバ 頒布会便り



発行  
毎月一回  
(株)アイリス

二月となりました。暦の上では春ですが、実際には年間を通して一番寒さの厳しい季節です。お肌も乾燥が進んで弾力を失うので、顔色がくすんで老けた印象になりがちな時期です。乾燥対策で明るい肌色を取り戻しましょう。

## お肌が乾燥すると くすんだ肌色に

冬の間、乾燥した空気にさらされ、この時期のお肌はストレスが沢山。水分補給に気を使い、保湿のお手入れを念入りにしても、新陳代謝がゆっくりになるこの季節は、角質層が厚くなりやすく、水分量をキープできずにお肌がくすんでしまいがち。保湿のお手入れだけでなく、血行を

促進して、新陳代謝を活発にする事が重要です。

## お肌を乾燥ジワや たるみから守るには

また、冷たい外気と暖かい室内の温度差など、乾燥以外にも肌ストレスの多いこの時期は、お肌が弾力を失って硬くなりがちです。弾力を失ったお肌は、表情ジワやちりめんジワなどが戻らず、そのま



まにしておく、定着して深いシワになってしまいます。

お肌の弾力を取り戻し、表情ジワを作らせない為には、何よりもまず、お肌の水分量が大切です。

瑞々しく水分を含んだ肌は、表情の変化によって収縮・弛緩しかんして表情ジワを残しません。

保湿のお手入れだけでなく、お肌に水分量をキープするためには、身体からだの水分量にも気を配りたいもの。

寒いと汗もかかず、トイレが近くなるからと、水分を取らなくなりがちですが、空気が乾燥していると、身体からだの表面からは、少しずつ確実に水分が奪われています。

適度な水分補給で身体からだの水分量を増やし、お肌の乾燥を防ぎましょう。

たるみに関しても、お肌の弾力が同じく関係しています。他の要素も

ありますが、お肌の弾力が回復すれば、ある程度は改善されます。

くすみ・たるみ・小ジワ対策に！

# お肌の潤いを保つには？

乾燥から起こる様々な肌トラブル。お肌の水分量をキープして潤いを保ち、正しい保湿ケアで小ジワやくすみ・たるみからお肌を守りましょう。

## アロエローションで水分補給



空気の乾燥や、お身体の水分不足から来る乾燥など、色々な理由から、冬のお肌はとても乾いています。

乾いたお肌に、ホホバでたっぷり保湿しても、水分量自体が増えないので、お肌の弾力やくすみはなくなりません。

まずは、アロエローションでたっぷりとお肌に水分を補給し、その後ホホバで保湿、という手順を守ってお手入れしましょう。

暖房の効いた室内では、加湿器や濡れタオルを置くなど乾燥対策も。

## お風呂上り素早いケアが鍵

お風呂上がりには、たっぷりのアロエローション↓ホホバを、お顔だけでなく手足や身体全体にも。

こうしたお手入れは、皆様ご存知なのですが、お肌は顔や身体を拭いた後、急激に乾燥していきます。

ですから、脱衣所で衣服をつけたり、こまごまとした用事を片付けてから後でゆっくり、と思ってお手入れまでの時間が掛かれば掛かるほど、お肌は硬く、乾燥してしまいますのでローションやホホバが浸透しづらくなってしまいます。

お顔は30秒以内、お身体は3分以内にローション・ホホバで乾燥を防ぎましょう。

## 皆様からのご質問

### むくみ解消でシワ・たるみを撃退！

寒いと、代謝が落ち、お顔も身体もむくみやすくなっています。

むくみが続くと、その状態に肌が対応してしまい、むくみがとれた時にたるみが戻らず、シワの原因にも。

たっぷりのホホバで優しくリンパの流れをマッサージして血行を促進して、むくみを解消しましょう。

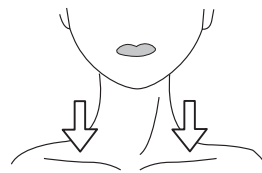
### Q

ホホバの黄金色と白色透明の二種類の違いは何ですか？

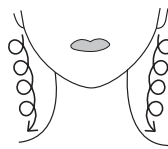
黄金色は男性用・白色透明は女性用と聞きましたが、髪には女性も黄色が良い、とも聞きました。顔には白を、髪には黄色を使っていますが、これで大丈夫でしょうか？

### A

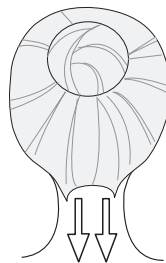
はい。大丈夫です。元々、ホホバの種を搾ったオイルは、黄金色をしていて、そこから、特殊な方法で髪のお手入れにオススメの黄金色の色素を抜き取って、より低刺激にしたものが白色透明ですので、敏感な女性のお肌や、お子様にオススメしています。



鎖骨のくぼみを20回位押し、リンパ節を開きます。



耳の下から首の付け根までらせんを描いて、5回くらいマッサージ。



後頭部の少し飛び出した所の下を軽く押し、その後えり足から肩へマッサージ。



- ① → 両親指であごの裏側から耳の付け根まで
- ② → 両手であごの先から耳たぶに向かって
- ③ ----> 両頬骨の下を顔の中心から外側へ押し上げる。