

ホホバ

頒布会便り



発行
毎月一回
(株)アイリス

十一月に入り、朝夕はすっかり風が冷たくなり温かいお風呂が嬉しい季節となつてまいりました。ゆつくりと湯船に浸かつて、心身共にリラククスできるお風呂は、お肌や髪のためにも重要です。疲れたお肌を、お風呂で回復させましょう。

入浴で心と身体を リラククスさせる

湯船でゆつくりと一日の疲れを癒し、全身をリラククスさせる事は心身共に非常に大切です。

体には、お湯の浮力や水圧のマッサージ効果で、むくみの解消や筋肉のコリをほぐす等の効能がありますし、お肌や髪にも、血行が良くなつ



い不足が気になりだす時季でもあります。

冬の乾燥対策の前に、お肌や髪の健康を取り戻して、コンディションを整えるのに最適なこの季節、ゆつくりとお風呂に入つて一日の疲れを癒し、お肌のお手入れをしておきましょう。

お風呂上りに 全身潤いケアを

お風呂上りも、夏のようにいつでも汗がひかない、冬のように冷えてしまう、という事の少ないこの季節は、全身しっかりと保湿ケアするのに最適。

秋の夜長は、全身の潤いチェックと保湿ケアをおススメします。

お風呂で秋の お肌をお手入れ

て新陳代謝が促進されます。なにより、温かいお湯にゆつくりと浸かる事で、気持ちを静め、ストレスの緩和に繋がります。

十一月というと、冬本番前、行楽日和な過ごし易い季節ですが、少しずつ空気も乾燥して、お肌や髪も潤

秋の夜長、美肌は お風呂で作りましょう

入浴時は体が温まって血行が促進され、お肌の水分量もたっぷり潤っているのです、お手入れには最適な状態です。秋の夜長に、ゆっくりお風呂としっかりお手入れをして、お顔だけでなく、全身潤ったお肌を手に入れましょう。

お風呂時間に ホホバで美肌づくりを

■ぬるめのお湯に しっかり浸かる

温かい湯船に浸かると、体も気持ちもリラックスできて、お肌もしっとり保湿できますが、間違った入浴法では却ってお肌を乾燥させてしまうので注意が必要です。

ポイントはお湯の温度。
ぬるめの38〜40℃のお湯に10〜

15分くらい浸かると、体も芯から温まり、お肌もしっとり。

逆に、41℃以上の熱いお湯は、お肌に刺激となり、必要な皮脂まで奪われてしまい乾燥の原因になりますし、長く浸かり過ぎても、皮脂や保湿成分がお湯に流れ出てしまいます。

■お肌は素手で優しく洗う

体を洗う時に、ゴシゴシと肌を擦ってしまうと、皮脂が不足して乾燥性の痒みの原因に。↘

特にナイロンタオルは刺激が強く、皮脂を落とし過ぎてしまいま
すからご注意ください。

石鹸やボディソープを泡立てたら、泡を手にとって、素手で肌を優しく撫でるように体を洗いま
しょう。

汚れの多い部分や油分の多い所
も、素手で触れば感じる事が出
来るので調節でき、お肌を刺激せ
ずに優しく洗えます。

特にこれからの季節は乾燥が進
む時季ですから、冬に乾燥性の痒



みにお悩みの方は、ぜひお試しください。
ださい。

■お顔に髪にホホバで
蒸しタオルパック

お肌や髪が乾燥が気になる時は、
ホホバ蒸しタオルパックがおススメです。

お肌や髪に
たっぷりホホ
バをつけ、湯
船に浸かって
いる間を利用して、



日本全国、お国柄
西と東でこんなに違う!?

北は北海道から南は沖縄まで、日本各地
でそれぞれの習慣や常識があり、西と東で
は全く違っていて驚く事もありますね。
この地域差は、習慣だけでなく気質の違
いもある様です。
例えば東京と大阪では、その昔東京は武
士の街、大阪は商人の街、と言われていた
名残が地域性に表わっていて、武士が沢山

5〜10分程度蒸しタオルで覆って
おくだけです。
お顔の時は、鼻・口の部分は開
けておきましょう。

■お風呂上りは
ホホバで全身ケア

お風呂上がりのお肌は、血流も
良く、潤って弾力もありますが、
そのままにしておくと、時間と共
に乾燥が進み、乾燥性の痒みの原
因にも。

お風呂上りには、出来るだけ早
く、お肌の潤いケアを。
お顔のお手入れと一緒に、首筋
やデコルテを保湿したら、すぐに
全身の保湿ケアを。

わき腹やむこうずね等の痒みが
出やすい部分、ひじ・ひざ・かか
と等の角質が厚くなり易い部分も、
しっかりホホバで保湿しましょう。
髪にも、毛先をつまむ様につけ
ておくと、ドライヤーの熱から髪
を守ってくれます。

.....
住んでいた東京は、良く言えば規律正
しくお上に従順ですが、世間体や人目
を気にする町民気質が残りました。
一方大阪は武士の数が少なかった為、
権力者を恐れず、おおらかで自由な気
質ですが、世間体よりもお金が大事と
いう商人気質が育まれた、といわれて
います。