

ホホバ 頒布会便り



発行
毎月一回
株アイリス

十月に入り、過ごしやすく、お肌にもストレスの少ない季節となりました。

この時期にしっかりとダメージを回復して、冬の乾燥に備えたお手入れをして、お肌のコンディションを整えておきましょう。

お肌に優しい秋に、 お手入れの見直しを

お肌にストレスの少ないこの季節、お肌のダメージ回復や肌質の改善には最適な季節です。

乾燥肌の人は、水分補給・潤い補給のこまめなお手入れで、今のうちに肌の水分量を増やしておきましょう。

脂性肌の人は、暑い季節はベタつくから、とホホバ等の保湿成分をあまり

使わない方が多いのですが、実はそれが原因で、お肌の水分が失われ、肌がそれを守ろうとして、かえって過剰に皮脂が分泌されてしまうので、自分は脂性肌だ、と感じている場合もあります。

たっぷり水分補給した後、ホバを薄く伸ばしてお肌に潤いのベールを作り、水分量を保つ事で皮脂の分泌量も正常になっていきますから、きちんと保湿のお手入れをする事はとても大切です。



間違ったお手入れは かえって肌に負担を

この時期に、正しいお手入れをして、

お肌のコンディションを整えておけば、これから冬に向けて、乾燥対策のお手入れをするにも、お肌の反応がぐんと違います。しかし、間違ったお手入れをしていると、かえってお肌にダメージを与えてしまいますから、注意が必要です。

今まで、正しいと思ってきた方法が、実は逆にお肌に良くない事だった、という事があるかもしれません。

お肌に優しいこの季節に、今までのお手入れを見直して、正しいお手入れをしましょう。

間違いだらけのスキンケア

高価なエステやマッサージよりも、手軽で安上がり、効果も持続するのが、毎日続ける地道な正しいお手入れ。しかし、間違った方法では逆効果になってしまいます。正しいお手入れ法でみずみずしい素肌を守りましょう。

クレンジングでマッサージは？

メイク汚れをしっかりと落とそうとして、クレンジングオイルで念入りにマッサージしてしまう方がいますが、時間をかけすぎると、せつかく浮かび上がった毛穴の汚れを、また擦り込んでしまう事に。さらに、強く擦りすぎるとも肌には負担となり、シミの原因になる事も。

指の腹でやさしくクルクルと、螺旋を描くようにオイルを肌になじませればOK。時間にして1分〜1分半程度ですすぎましょう。

その後、ホホバ石鹸でたっぷりの泡洗顔をお忘れなく。



朝の洗顔は水だけでも大丈夫？

夜、寝る前にしっかりと洗顔して、お化粧するわけでもないし、汚れていないから、朝は水ですすぐだけで充分、と思っている方がいますが、実は間違い。

夜、眠っている間に、私達の身体は実に様々な修復作業をしてれています。

お肌も同じで、夜の間に皮脂と一緒に古い角質や老廃物が表面に浮いてきますから、きちんと泡洗顔をして、余分な皮脂・古い角質・老廃物を洗い流しましょう。

間違いだらけのスキンケア

えっ？
そうだったの？

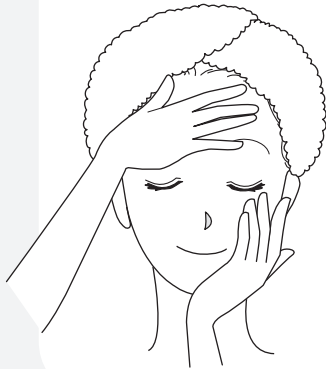


化粧水でパッティングはNG？

洗顔後は、タオルで肌を押す様にして水気を拭き取り、なるべく時間を置かずアロエローションでたっぷり水分補給しましょう。

その時に、肌をパッティング(叩く)しながらつける方がいますが、強い刺激は肌に負担となり、シミやトラブルの原因になってしまう事もあります。

手の平全体で肌を覆う様にして押し込むようにつけましょう。



泡洗顔の泡ってそんなに大事？

忙しい朝、洗顔の時に、洗顔料や石鹸をきちんと泡立てずに洗顔してしまう事はありませんか？洗顔は指と顔の間に泡のクッションをつくる事が大切。泡が少ないと肌を直接こすってしまい、その刺激で肌荒れやシミの原因になる事も。

