

ホホバ 頒布会便り

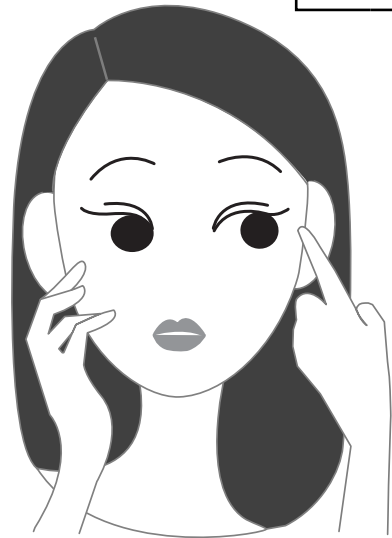


発行
毎月一回
(株)アイリス

早いもので、今年も十二月となりました。毎年この時期になると、何かとあわただしく、疲れが溜まって体調を崩しやすい季節です。毎朝の洗顔後、お肌の状態や顔色をチェックする習慣をつけましょう。

今年のお肌は 今年のうち

今年も師走となり、何かと忙しくなるこの季節、ゆつくりとお肌のお手入れをする時間はとれませんが、家の大掃除と同じように、お肌も今年最後の総点検をおすすめします。お休み前や朝のお支度の時でも、シワやたるみ、くすみ・くま、肌のカサつきやごわつき等、お肌の状態



をチェックしておく様にしましょう。今年のお肌のダメージは来年に持ち越さずに、お肌もキレイな状態で新年を迎えたいものですね。

冷えと乾燥が お肌にダメージを

年が明け一月に入ると、いよいよ寒さもピークを迎え、空気も更に乾燥してお肌の水分を奪っていきます。

冷えと乾燥、このふたつが冬のお肌の大敵です。

乾燥はお肌から弾力を失い、シワを増やす原因になってしまいます。

更に、乾燥から身を守ろうとしてお肌が角質層を厚くしてしまい、くすんでゴワゴワに。

また、気温が下がると皮膚温が低下し、お肌の血流量が低下します。

するとお肌はくすんでハリを失い、新陳代謝が乱れて、肌トラブルの原因に。

肌ダメージを防ぎ 健やかな新年を

冷えと乾燥が重なり、繰り返される事で、たるみがシワとなり、冬のダメージはますます深刻になります。そうなる前に、忙しい時期でもできる冷えと乾燥対策で、冬ダメージに備えましょう。

冬のお肌の潤いを守る 冷えと乾燥対策とは

一年で一番空気が乾燥する季節が、十二月から一月。寒さも日毎に厳しくなつて、お肌にもストレスがかかる時季となりました。潤いをキープして、冬のお肌を守りましょう。

冬のお肌のストレスは「冷え」と「乾燥」

一年を通して、お肌を老化させる一番の要因は紫外線、という事は今や常識となりつつありますが、冬のお肌に限定すると、お肌の大敵は「冷え」と「乾燥」。

今の季節はこのふたつに注意して、お肌を冷やさず乾燥から守るお手入れを心掛けましょう。↓

↙ **冷え** 気温が下がり、冷たい空気が体温を奪っていくと、お肌の温度も冷えてしまいます。

すると、冷えの影響で血行が滞り、顔色も悪くくすみがちに。さらに新陳代謝も滞り、古い角質でお肌が厚くゴワついてしまいます。

乾燥 外気の乾燥や、エアコン等でお肌の水分を奪われる冬場は、汗をかく事も減り乾燥が進みます。お肌は弾力を失い、硬くなって↓

↙ 小ジワやくすみの原因に。

さらに肌のバリアが機能せず、増々乾燥して様々な肌トラブルの原因に。

冷えと乾燥対策は、体を温めて皮膚温を上げる事、潤いをキープしてお肌のバリア機能を守る事。そのために必要なお手入れを、毎日のお手入れに取り入れてお肌を守り、健やかに新年を迎えましょう。



「冷え」から
お肌を守る為には

◆朝、晩に白湯を飲む習慣を。

白湯で身体の中から温め、冷えにくい体づくりを。

◆首・手首・足首を温める。

体温が逃げずに、寒い屋外でも冷えを防ぎます。

◆表情豊かに話す・笑う。

イキイキと表情を動かす事で、顔の筋肉のストレッチ効果が。↘

◆外出の時はマスクをつける。

冷たい外気に晒さらされる外出時はマスクで皮膚温をキープ。

「乾燥」から

お肌を守る為には

◆洗い過ぎやお湯で洗顔しない。

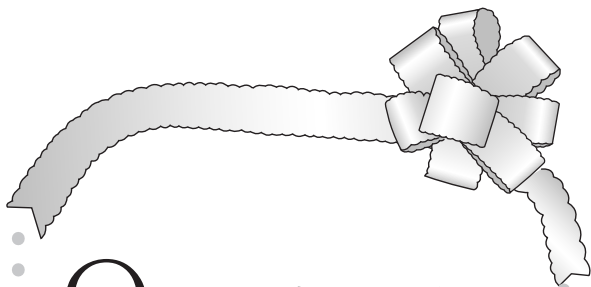
熱過ぎるお風呂も乾燥のもと。お風呂上り・洗顔後はなるべくすぐにお手入れを。

◆お部屋の加湿を習慣に。↘

◆空気の乾燥が進むこの時季、加湿器でお部屋の乾燥を防止。濡れタオルやカップに入れたお湯を置いて代用できます。

◆化粧水は手の平で温めてから。

化粧水を冷たいまま肌に乗せても、冷たさに毛穴がきゅつと閉じてしまいます。手の平で温め、人肌になじませてから、たっぷりとお肌に押し込み、その後は必ず、ホホバを伸ばして潤いのベールでお肌を守りましょう。



Q いつもありがとうございます。
ございます。

私は敏感肌なのですが、ホホバ美容液を使ってからはトラブルがなく、本当に助かってます。

石鹸も使ってみようと思うのですが、これは洗顔石鹸ですよね？
体にも使えるのでしょうか。



A ご愛用ありがとうございます。
ございます。

ご質問のホホバ石鹸ですが、もちろんお体にもご利用いただけます。

低刺激ですっきりと洗い上げ、お肌がつっぱらないホホバ石鹸は、お顔だけでなく、冬場の乾燥性の痒み対策として、お体にもおススメします。

ぜひ、お試してください。