



消

気になる夏の汗 簡単セルフ対策



健康のため代謝は必要、でも汗は気になる...

汗をかく＝カラダの代謝活動が正常なしるしでもあり、私たち人間にとって必要な事なんです。でも現代人は運動不足の上、夏はエアコンの効いた部屋で過ごし、汗をかく機会を逃しているのです。また汗をかくとベタベタするし気持ち悪いからと、敢えて汗をかくことを避けている人もいるのではないのでしょうか。汗をかかない、うまくかけない状態が続くと代謝機能が低下して免疫力が下がるため様々な病気につながる可能性が出てきます...

せっかくなら質の良い汗をかきましょう。

多くの人が嫌う汗のイメージは「ベトベトして不快」「臭う」の二点が多いと思いますが、これは生活習慣などからくる、雑菌を含んだいわゆる“悪い汗”。一方で健康的な代謝サイクルの中でかく“良い汗”とは水の様にサラサラし、雑菌も含まないので臭いも気にならないものです。そこで汗の質を高めるために気をつける事をまとめてみました。

- なるべくゆっくり入浴し汗腺を刺激する。
- 肉類中心の食事を見直す。
- 半日以上エアコンの効いた部屋に居ないで1時間に一度は外の空気に触れる。

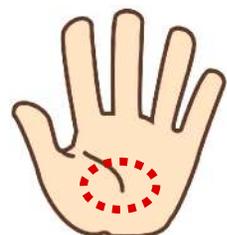
必要とはいえ、汗ジミを気にするのは嫌っ!!

知り合いと会う時なんかは特に気になりますよね。よく汗をかいた時に乾いたハンドタオルなどで拭くと肌表面の油分を補おうと直ぐに新たな汗が出ます。少し湿らせたタオルでふき取った方がサラサラ感が持続しますし、クールダウンにもなりますのでおススメですよ♪

健

ビールが美味しい季節。 飲み過ぎに効くツボ

最近ウコンやシジミのサプリがコンビニでも買えますが、楽しいお酒で翌日肝臓がもたれた時の即効ツボ押しポイントがこちらです。でも飲み過ぎには注意しましょうね。



■手のひらの中央、やや手首寄り親指で強く押しもむ(両手とも)

美

この夏、紫外線に負けない 若肌づくり

決め手は肌の生まれ変わり“ターンオーバー”

ターンオーバーとは「皮膚細胞の新陳代謝」つまり古くなった肌が新しい肌に生まれ変わることで一般に年を重ねるにつれそのサイクルが遅くなり、若い頃のように肌がピチピチしなくなりがちという事です。紫外線に当たって傷めつけられると、細胞は早くこれを治そうとしてターンオーバーの周期は早くなります。周期は早ければいいというものではなく、突貫工事で進められたターンオーバーからは正常な細胞が生まれず、本来ならアカとなるはずのメラニンが表皮に残って(沈着)しまいます。紫外線に当たるとシミやソバカスなどが出来てしまうのはこのためです。UV対策も必要ですが傷ついた肌を本来の健康なサイクルに戻すことが若さをキープするのに大変重要なんです！そこで手前味噌ではありますが(汗)肌本来のDNAに働きかける『ナチュラルケア美容ジェル』でこの先も肌の健康と若さをキープしましょう！



話題

2015 北のブランド
奨励賞受賞



オリゴのおかげで “10年後も今のわたし”

北海道大学・経済産業省等の合同研究プロジェクトから生まれた全く新しい年齢肌対策成分 **オリゴDNA**が肌の生まれ変わりサイクル、ターンオーバーを促し、ほうれい線・たるみ、シミ・シワなどの対策に

ナチュラルケア美容ジェル 1本200mL入(2~3ヶ月目安)

1本～ **3,500円** (税込3,780円)

【6/27(土)～ お得意様限定特典】送料別途540円

①初めてお求めの方はミニボトル(30mL)をプレゼント!!

②2本以上で送料無料!!!

お問合・ご購入は専用ダイヤル **0120-913-530** (24時間無料)

