

LIVING CYMOS 001



サイモスのあそび 001

サイモス味噌づくり

冬の名残がまだ深く、雪解けのしずくに少しだけ春を感じられる頃。
我が家では毎年恒例の味噌づくりが始まります。
一年分の味噌をつくる大仕事。
ご近所さん集まって、厳肅かつ和やかな雰囲気で行われます。

我が家の味噌は「サイモス味噌」
すべての工程でメトリック水やシナジーウォーターを使用します。

大豆を洗う水、一晚大豆を浸けこむ水、大豆を煮る水。すべてメトリック水です。大量の大豆を煮ていると大豆臭さが全くしないのに驚きます。

次に、煮上がった大豆を人肌にし、粗くつぶします。

つぶした大豆に麴と塩を混ぜ合わせますが、そのときシナジーウォーターを混ぜ込むので、さらにサイモスが高まります。出来上がった味噌は団子状にして保存容器に空気が入らないようにして詰め込みます。

そして、次の土用の丑の日まで冷暗所で発酵。

約半年間、じっとりゆっくり寝かせます。サイモスをたっぷり含んだ味噌は、甘みがあり、まろやかで奥深い味。からだ中の細胞、ひとつ、ひとつが喜ぶ美味しさです。

みそ汁はもちろん、サバの味噌漬けにもこの味噌。
おすそ分けするお友達にも好評で、年々作る量が増えています。
差し上げたお友達が、「ご家族から「また食べたいとねだられたの」と、味噌づくりの参加者も増えてきました。

麴をたくさん使いますが、麴が苦手な方でも不思議とこの味噌はおいしい。と評判です。

子どもたちには味噌ティップをつけた野菜スティックを。おやつにもぴったり。年中行事の大仕事ですが、家族の喜ぶ顔が一番のご褒美になりますね。

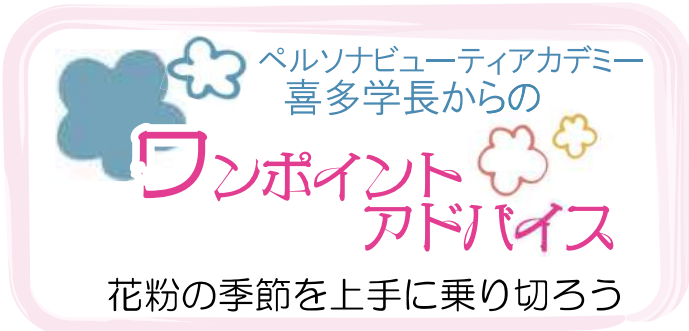


麴が苦手でしたが、
この味噌はそのまま
美味しく食べられます

毎年作る量が増えています

甘みがあって美味しい

やさしい味



花粉の刺激でお肌がひりついたり、荒れたり、またはアレルギーでお肌が敏感になってきた。そんなお肌の悩みはありませんか？今回は、花粉の季節のケアを考えてみましょう。

□お肌の状態を理解する

まず初めにお伝えしたいのは、「ひりつく」「荒れる」という肌状態は、体に置き換えると、お腹を壊している状態と同じだということです。

では、“お腹を壊した時、焼き肉や中華などの胃腸に負担がかかる料理を食べますか？”
「食べる」と答える方は少ないのではないのでしょうか。お腹を壊したら、食事はいったん控えて胃腸を休ませる。そして、お腹の状態が落ち着いてきたら、徐々に、お粥から普通の食事へと戻しますよね。

お肌も同じ。
化粧品の使用はいったんやめる。お肌を休ませる。それが一番お肌のためになります。

でも、お化粧をしないで過ごすのは難しいですね。むしろ、荒れた状態を隠すために、普段よりもたくさんの化粧品を使ってしまう方もいらっしゃるかもしれません。

ですから次に、そんな時のお手入れ方法をお伝えします。弱ったお肌にも安心のお手入れです。

□弱ったお肌のケア

- 1) 洗顔後、コットンにシナジーをたっぷりしみ込ませ、ひりつきやゆみのある部分に湿布します（約15分）
- 2) 普段の化粧品にシナジーを1～2プッシュ混ぜて使用します（専用のミストスプレーが便利）

このシンプルな2ステップで完了。
お肌のゆらぎを上手にコントロールして、春を楽しんでくださいね。



シナジーウォーター
50mL (10本入)
5,940円 (税込)

携帯用ミストスプレー
50mL (シール2種入)
275円 (税込)



パーソナビューティ・アカデミーは一人でも多くの女性を健康で美しい肌へ導くための「学び」と「体験」の場です

マスクでサイモス生活

日中の長い時間つけているマスクが、サイモス加工ならうれしいですね。マスクをするだけで手軽にサイモスが取り込める。呼吸も、もちろんお肌も、常にサイモスに守られている。そんなサイモスマスクが人気。世界品質のニットメーカーニッテイド株式会社とライディック株式会社のコラボで生まれたサイモスマスクは、オーガニックコットンをサイモス60技術で染色加工し、ホールガーメント®の機械で縫い目のない立体的なマスクに編み上げました。

綿素材のため通気性がよく、サイモス60の効果で自然と呼吸が深くなり、いつもより楽に呼吸ができるという声をいただいています。
ホールガーメント®は(株)島精機製作所の登録商標です。

サイモスマスク (全4色)
カラー：ホワイト、ブラック、
 サクラピンク、ライラックグレー
サイズ：M、L 1,870円 (税込)



ご購入はこちらから
<https://o-marche.com/>



ライディック株式会社 **LIDIC**
〒534-0025 大阪市都島区片町 1-5-13
大手前センチュリービル
support@o-marche.com
TEL: 06-6242-6070 FAX: 06-6242-6067

メールマガジンも発行しております。



登録方法はとっても簡単！
①左のQRコードを読み取り
②空メールを送信
登録完了です♪
〈バックナンバーはこちら〉
<http://lidic.com/newsmedia/oteire/>