

うそ？

ほんと？

# 保湿のウワサ



## ● その保湿、大丈夫？

この季節、「乾燥に効く！」といわれると、あれもこれも手を出してしまいがち。でも、きちんと肌水分の仕組みについて知らないで使うと、さらに肌を乾燥させてしまっているかも！シートマスクの水分は角質層まで届かないので、かえって肌の水分を逃してしまうこともあります。オイルは毛穴をつまらせてしまい、また、自分の皮脂を出す力を弱めてしまうこともあるんです。

## ● お肌の仕組みを知ろう

潤った美しい肌は、角質層の水分量が15～20%が条件。肌の水分は、皮脂と水分、アミノ酸などのNMF（水分保湿因子）、細胞間皮質などの働きで保っています。ところが加齢とともに皮脂量やNMF、細胞間皮質が減ってくるので、自分で潤いを保つ力が弱まり、それによって肌の水分も低下してしまいます。そのうえ冬は温度や湿度が低いため、皮脂や汗の分泌量が夏に比べても大幅に低下してしまうんです。だから、冬は特に乾燥ケアが大事。お肌にとって過酷な状況では、負担と刺激をかけないで皮膚呼吸できる化粧品を選びたいですね。

## ● あなたの肌がきちんと働くように

サイモスコスメが大切にしているのは、あなたの肌がきちんと働いてくれるようにすること。だから、あなたのお肌に負担や刺激にはならないように作られているのです。年齢よりも若々しいお肌で過ごせる秘密。それは化粧品ではなく、あなたの肌力を蘇らせることにあるんですね。

気になる詳細は  
動画でチェック♪



毎日のケアにはお顔全体で1プッシュ。ハンドプレスでゆったりと。顔ツボマッサージには2～3プッシュ。横滑りさせず、まっすぐ圧をかけるのがポイント。最後に5分間のラップマスク。血行が良くなった肌に、シナジーウォーターをスプレーして仕上げて。

Pick up

## ピックアップアイテム

ライディック最高峰の美容液として、誕生からベストセラーのエクストラセラム。美容液なのにベタつかない。美容液なのに香りがきつくない。「消える感動」というキャッチフレーズのとおり、肌にのせたたん、すーっと吸いこまれるように消えていきます。その使い心地に女性リピータはもちろん、最近では男性のファンも増えています。ライディック40年の技術の結晶を、ぜひお試しください。



ウルズ エクストラセラム  
30mL

14,520円(税込)



## エクストラセラムをつかってみました

他の化粧品にはあまりない、使って「気持ち良い」感じがします。それに、付けた日は、リッチな気分になれる(笑)



エクストラセラムご使用者の感想をいただきました

つけた時ののびが良い



苦手な強い香りもなくこの商品は男性でも使用しやすいのではと感じます。



エアレス容器で液だれも無く衛生的。べとつきが無く使いやすい。肌なじみもよくスツと伸び、ぬるつきがないので気持ちよく使える



匂いがほとんどないこと、緩すぎず硬すぎずちょうどよく乳液状なのは好みでした。ハリが出て、触った感じもよくなった気がします。



つけたあと少しすると、べとべとしない。しみこみが早く感じて、しっとりが長持ちする。香りがキツくない





## Vol.8 情報を固定すること

ようやく、情報伝達の水にたどり着くことができました。  
「これで、情報を水に転写することが出来るようになる!」  
そう喜んだのもつかの間。  
せっかく転写した情報が、全く安定してくれないのです。

それは、水は「常に流動しているもの」だからでした。  
つまり、せっかく伝達した情報を固定できないのです。

次は、情報を水に固定するものが必要になりました。



小田は「情報の固定」について、あらゆる文献を調べました。

そして、ある日、「塩」に着目したのです。 塩には古来から記憶する機能が備わっているといえます。

そして、生き物には塩、つまりナトリウムが欠かせません。 草食動物は、岩塩や塩を含んだ土をなめてナトリウムを摂取しようとします。 それは、植物からはナトリウムを補給することがほとんどできないからです。

また、DNAの2重らせん構造の不安定化を防ぐのにも塩は必要です。

塩を加えることで、塩から発生するプラスイオンが、リン酸基の負電荷間の反発を遮るのです。

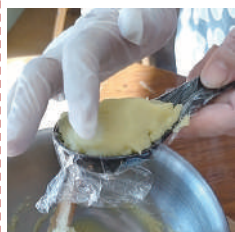
記憶させ、固定させる役目の塩の登場。 これで、「伝達」と「固定」の2つの要素が揃いました。 (次回に続く)

### 毎日サイモス生活



さつまいもはメトリック水で洗います。アク抜きの水にさらすのも、蒸すときのお水もメトリック水をつかいました。

メトリック水で蒸したさつまいもは、濾すとさらさらのパウダー状になりました。ままとってくれるのか心配なくらい!



秘技! レンゲの術! レンゲにラップをして整形すると、かんたんきれいにままとまります!



卵黄にもシナジーを



ツヤ出しの卵



**材料** さつまいも 200g  
砂糖 15g バター 10g  
牛乳 20g 卵黄 1個

スイートポテト

#### ○サイモススイートポテトの作り方○

- ① さつまいもの皮をむき、小口切りにする
- ② 水を張ったボウルに入れアク抜きする
- ③ 蒸し器で竹串が通るまで蒸す
- ④ こし器で濾して砂糖とバターを入れて混ぜる
- ⑤ 生地がまとまってきたら牛乳を少しずつ入れる
- ⑤ アルミケースに入れて表面に卵黄を塗る
- ⑥ オーブントースターで5分焼き色をつける

食べくらべ♡

メトリックを使わないで作る  
レシピと食べ比べました  
メトリック水で蒸した方は  
さっぱりした甘みに。  
お芋そのものの味がしっかり。  
素朴な味わいに!

ぜひみなさんも  
毎日の生活に  
サイモスを  
取り入れてみて  
くださいね♪

ご購入はこちらから  
<https://o-marche.com/>

O-marché

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

..... お手入れノートは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/>