

健康肌には 保湿が命



ひと口に乾燥といっても、季節によってお肌の乾燥状態は異なります。

特に極寒の時期は、乾燥から守るためにお肌は硬くなっています。

お肌が硬くなるということはお顔の表情筋の動きが上手くいかないこと。どうしても怖い顔になりがちになります。

いつもの笑顔でいるためには、表情筋がスムーズに動くようにしておくこと。そのためにはお肌を柔らかくしておくことが大事です。

スキンケアで潤いを与えることは、単に水分を与えるだけではなく、表情筋にも影響します。つまり、豊かな表情を創り出すためにも保湿は大切なのです。

また、極寒の季節の乾燥からお肌を守るには、化粧水や美容液での保湿はもちろん大事ですが、その前に行う洗顔水や洗顔水の温度にこだわることも、重要です。

お肌に刺激を与えないぬるめの洗顔水に、セルウォーターを入れた洗顔水でお肌トリートメントをすると、洗顔後のお肌は少しずつ柔らかさを取り戻してきます。その後にセブンフォアでお手入れすると、自らの水分を取り戻して柔らかく潤いの戻ったお肌に還ります。

そのあとに化粧水をつけます。少しずつ、ゆっくりとていねいに、音の出ないパッティングでお肌になじませていきます。なんども、何度もていねいに。

「キレイにな〜れ」と思いながら。

極寒に負けない潤い素肌作り。保湿は、正しい洗顔と化粧水の入れ方から始まります。保湿を根本から考える。それがライディックの考え方です。



Pick up ピックアップアイテム

セルウォーター 500mL



ご家族で使える
たっぷりサイズ
2,420 円 (税込)



かんたんケアで保湿力強化

お顔だけでなく、ボディの乾燥も気になる季節。お風呂を出たら直ぐに化粧水やクリームで保湿しなきゃ!と慌ててしまいませんか?

でも、それよりももっと効果的な方法があるんです。それは、お風呂上りや洗顔後、タオルで水分を拭き取らず、お顔やボディに水分がついたままの状態です。化粧水やセルウォーターを使うことです。

お肌についた水分と化粧水がしっとり馴染みます。お肌についたお水が、化粧水やセルウォーターをお肌に導くお手伝いをするのです。それはちょうど誘い水のように。お顔もボディもツルツルになりますよ!

▶ **動画レッスン 配信中**

Instagram @cymoscosme

Follow me!! 毎日の生活とサイモスコスメ インスタグラムはじめました。フォロー、お願いします!



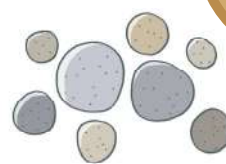
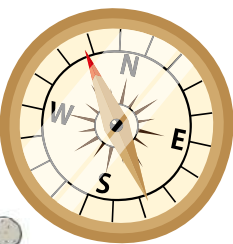
Vol.10 土を求めて

「水」と「塩」だけでも充分かもしれない。でも、どうしても「土」のことが気になりました。「ここで妥協をするわけにはいかない！」小田は、「土」を探す旅をはじめました。

「台湾の北投という場所にある北投石が良いのでは？」と聞き、現地まで行ってその石を買い、日本に持ち帰って研究をしました。「隕石」も探しに行きました。

「水」を探し求めた時と同じように、日本中、世界中の「土」を探し求めました。そしてたどり着いたのが、「ヘマタイト」という鉱石でした。ところがこの鉱石。扱い方が非常に難しいのです。ヘマタイトの原石を割ると、石の中は血液のような色をしています。濃度が濃いのでこのままでは使えません。生物には強すぎるのです。

濃度が濃いことや、強いものが良いわけではない、ということも「土」の研究から学びました。



(次号に続く)

家族にうれしい水分補給

ノンアルコール シナジーカクテル

今回はシナジーウォーターを使ったドリンクをご紹介します。見た目もかわいいシナジーカクテル。つつい水分不足になりがちな季節。ご家族の健康管理に、いろいろなシナジーカクテルをお試しください。



グレープサンセット



- ① レッドグローブをガラスの底に敷き詰める（皮ごと食べられるブドウならなんでもOK）
- ② はちみつ・レモン果汁・シナジーウォーター・メトリック水を軽くミキサーにかける
- ③ ①のグラスに注いで出来上がり

二層のグリーンスムージー



- ① 小松菜・バナナ・豆乳・シナジーウォーター・はちみつをミキサーにかける
 - ② プレーンヨーグルトに豆乳を混ぜ、グラスに半分くらい入れる
 - ③ その上から①でつくったスムージーをそっと注ぐ
- ★ バナナを多めにするときれいな二層になります

ヨーグルトピニャコラーダ



- ① いちごをスプーンでつぶす
- ② プレーンヨーグルトといちごを軽くミキサーにかける
- ③ 市販のパイナップルジュースにシナジーウォーターをまぜる
- ④ グラスにいちごヨーグルトを入れ、その上からパイナップルジュースを静かに注ぐ

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/>