

ゼラニウムの保湿オイルで かさかさのかかと、お手入れしましょう

クリームを塗っているのに、かかところが荒れる。そんなとき、ゼラニウムの保湿オイルはいかがでしょう。かかとは皮脂が分泌されないの、油分を補うことが大事です。靴下やポリ袋を組み合わせれば、一晩でツルツルに変わります。

かかとお手入れ

油分たっぷり基本です

かかところに毛がはえていないのは、乾燥しやすいことを意味します。皮脂腺は毛穴とともに存在するので、毛のないところに油分は分泌されないのです。

かかとのスキンケアには、クリームより、オリーブ油などの油脂が効果的。クリームは水分が多く、荒れ肌には向きません。

オリーブ油&ゼラニウム

角質のお手入れにどうぞ

オリーブ油とは、第三類医薬品に分類される皮膚用のオリーブ油。オレイン酸がたっぷり、保湿効果に優れます。薬局にて50ml/500円ほどで手に入ります。

ゼラニウムには、皮脂のバランスを整える効果がありますし、甘く爽やかな香りはお休みなえのひとときにぴったりです。



【レシピ】ゼラニウムの保湿オイル

1. ゼラニウム(1滴)とオリーブ油(小さじ1)を混ぜると、保湿オイルのできあがり。
2. 寝る前にかかところに伸ばしたら、ポリ袋で包み、ゆるめの靴下を履きましょう。翌朝なめらかになっています。

※靴下の締め付けが気になる方は、ポリ袋のままお休みください。

年末年始・休業のお知らせ

12/30(水)~1/3(日)

お休みをいただきます。

※1/4(月)より、営業いたします。

音楽でリラックス 12月の一枚



我が心のフォスター

崎元譲

ハーモニカとピアノのデュオが中心の演奏。うっとりするようなピアノのイントロに導かれて、「金髪のジェニー」のメロディーが流れてくると、こんなに美しい曲だったのかとあらためて思います。

クラシック・ハーモニカの第一人者・崎元譲がノスタルジーの世界をのびのびと演奏します。小学校の頃に聞いたフォスターが、ここでは大人の音楽になっています。

編集後記

林泉では、マッサージ用の植物油に、アーモンドの実から抽出したスイートアーモンド・オイルを使っています。魅力は伸びがいいところで、背中や脚など広い部位もスムーズに広がります。

一方、今号でご紹介のオリーブ油は、少し粘度が高めですが、ドラッグストアでも買えるところがメリットです。よく精製されて、料理用のような素材のにおいはありませんから、精油との相性もばっちりです。

おすすめアロマグッズ(86)

「ゼラニウム・バスソルト」

リーフ&ボタニクス

ゼラニウムの精油が配合されたバスソルト。黒糖も入って、やさしいブラウンの色合いです。

お湯に溶かすと香りが華やかに広がって、ゼラニウム特有の強さがいきていると思いました。湯上りもほんのり香り、いい気分が続きます。

※トリートメント前の足浴でお試しいただけます。

