

甘い香りであつたおい実感 冬の入浴剤を作きましょう

お風呂は、冷え切った身体を温めてくれるとてもいい習慣。けれどもお湯に浸かると、皮脂がとれて肌が荒れることがあります。そこで、精油と保湿剤を組み合わせ、入浴剤を作ってみました。乾燥の季節にいかがでしょう。

リナロールは

肌にやさしい成分です

入浴剤には、ホーウッドとラベンダーの精油を加えました。この2つの共通点は、リナロールを主成分とするところです。

リナロールとは、植物に含まれる芳香成分で、炎症を和らげる作用があります。そのため、市販の化粧品の多くにも配合されているそうです。

オリーブ油とハチミツは

優秀な保湿剤です

日本薬局方オリーブ油はいわゆるオリーブオイルですが、皮膚を保護する効果があり、第三類医薬品としてドラッグストアで売られています。

もう一方のハチミツにも保湿効果があります。糖類には水分を吸収する働きがあり、塗ると肌にうるおいをもたらします。

肌にやさしい 4つの素材で 作ります



【レシピ】

1. オリーブ油(小さじ半分)を小皿に入れ、ホーウッドとラベンダー(各3滴)を加えます。
2. ハチミツ(大さじ1)を混ぜると、1回分の入浴剤のできあがりです。
3. ぬるめのお風呂に溶かしましょう。熱いと、皮脂がとれて肌が乾燥します。

マスク着用をお願い

新型コロナウイルス感染予防のため、店内ではマスクをお付けくださいますようお願い致します。

施術者も、ご来店からお帰りまでマスクを着用致します。

ご理解ご協力の程よろしくお願ひ申し上げます。

音楽でリラックス 2月の一枚



Arioso

崎元謙、三宅美子

ハーモニカが主役の小品集。崎元謙は、日本のクラシック・ハーモニカを引っ張ってきた人で、「愛の挨拶」や「夢のあとに」などをダイナミックに演奏します。

このアルバムの特徴は、ハーブとの組み合わせでしょう。「アヴェ・マリア」の繊細なアルペジオに聞かれる、こぼれる粒のような音色も聞きどころです。

編集後記

メイン記事でご紹介のホーウッド。木の精油ですが、甘い香りが印象的です。

よく似た香りに、同じクスノキ科のローズウッドがあります。両精油ともリナロールの割合が80%以上あり、嗅ぎ比べていると、どちらかわからなくなるほどです。

今現在、ローズウッドの木は絶滅の危機にあります。ホーウッドはその代替りの意味もあり、少しずつ市場に出始めました。

おすすめアロマグッズ(100)

「オーガニック・クリーンスプレー」
ドクター・プロナーズ

ラベンダーが香る消毒剤。素材はすべてオーガニックです。アルコール度数は62%で、殺菌効果も充分といえるでしょう。

私が気に入った点は、付けた瞬間はよく香り、その後数分で消えるところです。調理や仕事の前でも、気兼ねなく手の消毒に使えます。

