

季節の変わり目は、身体もお肌も色んな変化が見られる時期です。

洗顔法を見直すだけでもお肌は変わりますよ。試す価値ある **美肌洗顔** をお知らせします。

①メイクしたままのお顔に水かぬるま湯を含ませるように優しく **30回**の余洗い。

(余洗い・・・お顔に手ですくった水かぬるま湯を顔にかけること。顔をこするのは禁止！)

②タオルで優しく軽く拭く

③ECO (クレンジングオイル) を **3～5プッシュ**分を顔に塗布。

図1のように、内回りで下からくるくる回しながら上へ。

④手にぬるま湯をつけて、今度は**図2**のように外回りで下からくるくる回しながら上へ。

⑤ ①と同様に、優しく **30回水か** ぬるま湯で洗い流す。

注意：流す時にはシャワーは使わない。

刺激により乾燥が悪化したり、お肌を傷める原因になります。

⑥**A1** (石鹸) を8分立てくらいに泡立てて、指が肌に触れないように泡を転がして洗い、

①と同様に優しく **30回水か** ぬるま湯で洗い流す。



ECO

税別 3500 円

図1

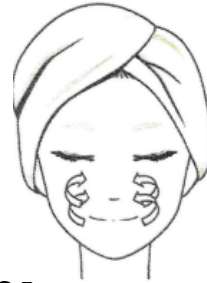


図2



A1

税別 3000 円

☆☆☆美肌洗顔のポイント☆☆☆

色んな角度から毛穴にクレンジングオイルを含ませることで毛穴をキレイにし、肌が柔らかくなります。化粧水が入りやすくなったりと良いことばかり。

ゴシゴシ洗いや石鹸の泡立て不足は毛穴を広げるので、優しく洗いましょう。



花粉症対策していますか？



天気予報でも花粉量について日々、表示される時期になりましたね
症状が本格化する前に、薬に頼らずに早目の *Sinary* 対策を！

①自律神経のバランスを整える！

寝るときには、**パルブルー** で鼻詰まり&鼻水対策をし、**パルジョンヌ** で自律神経を整えます。



2本をブレンドして、アロマランプで焚きましょう。

寝不足をしない！お酒は控える！身体を冷やさない！…とか、努力が必要でもあります。

②一日を快適に過ごす準備！

朝の洗顔時に、洗面器の水に、**エコバース** 多め、**パルジョンヌ** を入れて洗います。



③鼻水・鼻詰まり・のどの痛み・目の痒みの症状が出ているとき&予防に(朝と晩に)

コップの湯の中にパルブルーとジョンヌをシュツ。コップの口を手で覆いながらアロマ吸引。鼻と口から交互にね。目をパチクリしながら蒸気を当てて。



④外出時には もちろんマスクを着用。

パルブルー をスプレーして鼻水・鼻づまり対策に。

⑤のどのイガイガ・ケホケホには、

フレッシュローションD をのどにシュツ！！

E O F (オーラルフレッシュ) でうがい。(原液のまま)

Sinary フティ営業所 下川 真弓

☎090-8109-7847

Mail:mami-petit@ezweb.ne.jp

