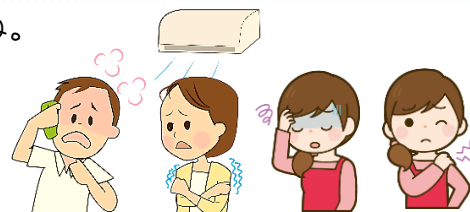


あっと言う間に半年が過ぎ、いよいよ夏本番ですね。

この時季エアコンをつけると、身体が冷え、血流が悪くなり、体調不良になりやすく、「クーラー病」が起きやすくなります。体温調節を司る自律神経はバランスを崩し、寒暖差疲労で、日頃、肩こりや頭痛を感じにくい方でも不調を感じやすくなります。



クーラー病対策は、下半身はひざ掛けを掛ける、首周りは襟のあるデザインの服を着る、ストールなどを掛ける、薄手の物を羽織るなど肩、首回りを冷やさないだけでも随分楽になります。

また、夏は、暑いからシャワーだけと言う方も多いと思いますが、39度くらいのぬるめのお湯に10分程浸かり、軽く汗をかくと疲れもとれ、お肌にも良いし、リラックスもできて、睡眠の質も向上します。(入浴は眠る1~2時間前に！お風呂に入り体温を上げ、深部体温が低下してくるとよく眠れます) また、頭痛を緩和する為には、長時間の座りっぱなしは避け、身体を時々動かし(リラックスさせ、肩などの筋肉をほぐすためにも)



頭皮が硬くなると、頭痛、肩こり以外に、シワ、たるみにも影響するのよ。

頭皮や耳のマッサージをすると、血流が良くなり緩和されます。食事は、冷たいものやキュウリやトマトなど身体を冷やす食材を摂りがちですが、体の中から温める根菜類、生姜、醗酵食品を摂るなどもポイントになります。(水分補給も忘れずに！) こんな時もOE飲料を上手に利用して、水分補給やお料理にもご活用ください。

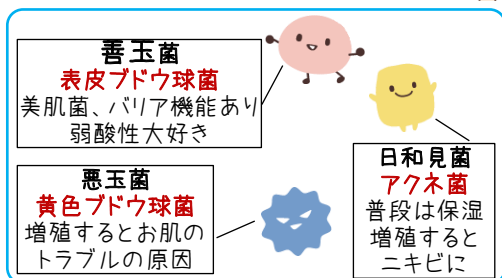
OE飲料を旨口しょう油替わりドレッシング、味付け、ジュースにも利用して健康にね♪



突然ですが、人には、健康に関係している「腸内細菌」、お肌の健康ために頑張ってくれている「皮膚常在菌」と言う、「常在菌」達がいます。腸内細菌も皮膚常在菌も、健康・美容のためには、菌のバランスが大切です。皮膚常在菌の「美肌菌」と呼ばれている「表皮ブドウ球菌」ってご存じですか？



- ・増えすぎたアクネ菌を淘汰してくれます。
- (以前はニキビの原因とされていましたが、悪役だけではなく、バランスがとれていればお肌の味方にもなります)
- ・弱酸性(健康な肌の状態 pH4.1~5.8)を理想環境としている
- ・乳酸菌系の化粧成分が表皮ブドウ球菌を増やしてくれる
- ・エイジングケアの成分としても期待されている
- ・肌に潤いを与え、肌を守るバリア機能の強化、悪玉菌を抑える



と言う、優れものの菌だそうです。

大高酵素の醗酵化粧水は、50種類の植物原料からつくられたOE飲料をベースに、精製水、醸造アルコールでお肌に良い8種類の植物からエキスを抽出し、固有の乳酸菌「HL190株」(特許第5629841号)によって約二年間醗酵熟成させたものです。しかも、石油合成された成分は一切含みません。



皮膚常在菌のバランスを保ちながら、より健やかで、潤いのある素肌づくりのお手伝いをします。お顔だけでなく全身にお使いいただけます。



香料は入っていませんが、醗酵化粧水特有のにおいやOE飲料の醗酵時に使用される杉樽のにおい(使用される方により感じ方が違うようですが)、つけた瞬間に感じられるかもしれませんが、すぐに無くなります。

気になる方へ、つけた瞬間だけです。お肌の為！と、ちょっと大目に見てくださいね。

きっと、使っていただければ、良さが分かっているだけだと思います。



私も、大高酵素に出会って40年以上使い続けて実感しています。是非、お試しく下さいね。