

Lien

~Lien(リアン)とは、フランス語で「絆」~

Vol. 16



MERRY CHRISTMAS

こんにちは！Lien担当の系賀です。

街のあちこちでイルミネーションが
きれいですよね！

私の頭の中は、マライア・キャリーの
恋人たちのクリスマス♪でいっぱい(>▽<)ノ

ではなく、山下達郎なんです・・・。

私、クリスマスムード一色の
街が苦手なんですよ。
何か寂しくなるんですよね～。
盛り上がっている人が
うらやましー！！

ということですか？
今月のLienをどうぞ☆
(>▽<)ノ



今月のクイズ♪

空気が乾燥していて、お肌の乾燥も気になる季節ですよね。
暖房のついた部屋(オフィス)に1日いたら、
顔がガサガサになってしまうこともあるのでは・・・？

携帯用の化粧水をシュツ！
毎日のお手入れをきちんとする！
それだけでなく、食事から気をつけてみてはいかがでしょうか^^

乾燥肌に効く食材はどれだっ！？

- 1 コラーゲンたっぷり鶏手羽
- 2 果物
- 3 緑黄色野菜

答えは次号Lienにて！
(公式ホームページでもご覧頂けます。)

前号Quizの答え・・・

- Q1 インフルエンザはせきやくしゃみで感染する。○
インフルエンザは感染者のせきやくしゃみで飛び散ったウイルスを吸いこんだり、
ウイルスが付着した手を經由して、ロヤ粘膜から感染します。
- Q2 手洗いやうがいはいはインフルエンザの予防になる。○
ロヤのと、手に付いたウイルスを除くために外出から帰ったらせっけんできれい
いうがいをすることが大切です。
- Q3 予防接種を受けていればインフルエンザにかからないと思ってよい。×
予防接種による効果は高齢者で70%前後とされます。したがって予防接種を受けてい
ればインフルエンザにかからないとはいえません。かかっても症状が軽くなること
はあります。
- Q4 インフルエンザと糖尿病は関係がない。×
糖尿病や高脂血症、心臓病などの生活習慣病を持っている人はインフルエンザにかか
りやすく重症化し、また持病を悪化させるおそれがありますので早めに受診すること
が必要です。
- Q5 インフルエンザにかかると高熱がでるので市販薬でもよいのでただちに
解熱剤を内服するのがよい。×
通常のかぜのときに使用する市販の解熱剤や去痰剤などの薬を使用すると、個別の症
状は一時的に緩和されますが、逆に全体の治癒を遅らせることもあります。また、乳
幼児の場合、解熱剤によっては脳症などの合併症の症状を悪化させることがあります
ので、薬の使用は医師、看護師、薬剤師などに相談してください。

今月のオススメ♪

島村のオススメは、

『ロシアの民芸品マトリョーシカ!』



民芸品ならではの手作り感と温かさに癒されます^^
一見はこけしに似た木製の人形ですが、
入れ子になっていて、小さい人形が中から次々と出てきます。
大きいのから小さいのまで並べて飾るとかわいいです。
最近、「マトリョーシカ大図鑑」という本を見つけました。
いろんなマトリョーシカが載っていて、楽しいです！
地域によって形や絵柄の特徴が違うんです♪
お気に入りのマトリョーシカを探すのも楽しそうですね。
手作りキットも売っています。色を塗るだけで完成するので、
自分好みのマトリョーシカを作ることでもできちゃいます。
私も作ってみたいと思っはいるのですが、
根気が続くかがちょっと心配です・・・。



和久田のおすすめは、
寒くなったこの季節に、おいし〜い紅茶☆
『LUPICIAの紅茶^^』

紅茶にも沢山の種類があるのを皆さんご存知ですよ。
でも、なかなか自分好みの紅茶を選ぶ事ってない
と思うんですよ。
私もお友達からプレゼントされたのがきっかけです。
私のオススメのキャラメル、ストロベリーとバニラの
香りに、ローズの花びらが華やかさを演出する紅茶です。
香りだけでも癒されますが、その入れ物がとっても
かわいいのです♪
クリスマス限定ラベル缶もあるので大好きな人への
クリスマスプレゼントにピッタリ！
あなたのお好みの紅茶を探してみれば
いかがでしょうか^^



唇の乾燥・荒れの原因と対処方法!

冬本番、唇の乾燥が気になりますよね!

あなたは唇の乾燥に悩んでいませんか?
唇の乾燥の原因はいろいろあります。

- ◆唇をなめるクセがある
- ◆口呼吸をしている
- ◆食生活が乱れている
- ◆ビタミン不足



でも、実はこれ以外に大きな原因があるのです。
それは、薬用タイプなどのリップクリームを常用していること!

リップクリームは、ほとんどがつけると透明になるタイプですので、
つけているのを忘れてしまいがちです。
洗顔の時に唇もクレンジングや洗顔料などで丁寧に洗うかという、
あまり意識していない事が多く、残った油が荒れの原因となっています。

また、錯覚に陥りがちなのが、薬用という言葉です。
“効きそう”と思えますよね。
乾燥がひどい場合は、洗顔後もすぐ唇が乾いてくるのでまたつけて、
さらに夜眠る前にもつけて・・・と昼夜構わず手放せなくなってしまう
のです。
そして、長年の使用とつける回数との関係で、唇が常に
“荒れたまま”になってしまうのです。

残念ながらこのいかにも効きそうなリップクリームですが、つけてすぐに
治ったという人はごく少数で、どちらかというとも常用せずにはいられなく
なってしまいます。コワイですよ。

あなたはリップクリーム依存になっていませんか?

「唇の荒れ」その本当の原因は3つあります。

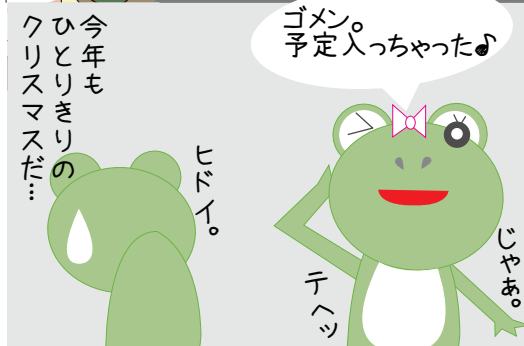
- ◆口紅やリップクリームの油分が落ちにくいために、落とす時の摩擦に
よって唇が剥けてしまい、荒れが続きます。
- ◆口紅に入っている油分が合わないことが原因
- ◆唇をきちんと洗わないのが原因

ヒマシ油：この原料は一般的にルージュやリップクリームによく使われて
いるものですが、一部の人には合わない場合があります、「唇の荒れ」が
続いてしまうケースがあります。
この成分が入っていない口紅やリップクリームにしてみるのも
いいかと思えます!



Lienも読んで頂き、ありがとうございます。
皆様との付き合いも、スタッフ一同
心からうれしく思っています。
この出会いも大きく大切に、より満足頂きますよう
いっそうの努力を続けてまいります。
エフタイムは、より皆様に楽しんで頂けるような
情報誌を作りたいと思っております。
ご意見・ご感想、何かお気づきの点がございましたら、
下記アドレスまでお待ちしております。
info@voige.com

けろんちゅ村☆ひとりきりのクリスマス



株式会社エフタイム
〒343-0836
埼玉県越谷市蒲生寿町 7-40 AMDBL2F
TEL 048-990-7540
FAX 048-990-7541
E-MAIL info@voige.com
URL http://www.voige.com

編集後記

朝、なかなか布団から出られなくなりました。
あと5分〜ウトウト・・・目が覚めたのは30分後!
「きやー! もうこんな時間〜! 息子よ〜起きてー!」
なんて、よくありますね^^!
ぬくぬくの布団、気持ちいいですよ〜。
冬って苦手だけど、このぬくぬく感は夏では味わえない
から好きです。

寒さの厳しい冬、皆さま風邪などひかないように
気をつけて下さいね!

まさみ

