

# Lien

～Lien(リアン)とは、フランス語で「絆」～

Vol. 10

こんにちは！ Lien担当の系賀です！

6月と言えば！

ジメジメ～蒸し蒸し～雨ばかり～

あっ！ ジューン・ブライドもそうですね★

あと、「父の日」がありますね～。

母の日より盛り上がり欠けている感じがするのは私だけでしょうか・・・？

皆さんは何かプレゼントしますか？

私は、父が大好きだった「エクレア」でも買って、仏壇にお供えしようかなあ・・・

皆さん、お父さんに感謝してますか？

普段、恥ずかしくて言えない人も、その日は勇気を出して言ってみましょう！

「お父さん、いつもありがとう」・・・と。

きっと気持ち伝わります。

それでは今月もステキな

日々をお過ごし下さいね♪



## ☆今月のおすすめ☆

蛸原のおススメ！

### 【リネンのキッチンクロス】

我が家はリネンのキッチンクロス（食器拭き）を使っています。大判で使いやすく、毛羽立たないので、ガラスに繊維が残らずスッキリキレイ！

また、吸水・発散性に優れ、洗濯してもすぐ乾き、雨の多い梅雨時にも大活躍！

洗濯にも強いのでガンガン使え、丈夫で長持ち！

使い込むうちにいい感じに馴染んできますよ～

私は新品のものよりも、何回も洗濯してクタクタになったものが好きですね！

キッチンでのお役目が終わった後は掃除用の雑巾として使用。

鏡や窓を拭くとピカピカになります。

リネン素材のものは他にバスマットや、バスタオル、寝具カバーなどがありますが、キッチンクロスから使ってみてはいかがでしょうか？



## ☆今月のQuiz☆

問題① 新陳代謝を促し成長ホルモンが分泌されるお肌のゴールデンタイムとは何時から何時まででしょうか？

問題② しわは老化の始まりですが、肌の老化は何歳からと言われているでしょうか？

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・・・

①髪の傷みが気になる季節はしっかりブラッシングする。→ **×**  
(ブラッシングしすぎると髪は物理的なダメージを受けてしまいます。乾燥する季節には、静電気で大きなダメージを受けてしまうので特に注意が必要！)

②髪を束ねていると髪が薄くなってしまふ。→ **○**  
(髪を束ねた状態、つまり引っぱったままの状態にしていると薄毛になる可能性があります。抜くまでとはいかない力でも、常に引っぱった状態にしていると、毛をつくる毛包部の血行が悪くなり、栄養分の伝達も悪くなる。その結果脱毛を起こすことになるので要注意！)

③洗髪後はドライヤーの熱は髪によくないので、タオルドライでよく自然乾燥するのがよい。→ **×**  
(洗髪で十分な水分を含んだ髪は、少しの摩擦でもすぐに傷んでしまう。タオルドライの後は、ドライヤーですぐに髪を乾かすこと。その際、ドライヤーの過度の熱も髪にはよくないので、髪から充分に離して同じ所に集中してあてないようにしましょう。)

④髪は切らなかつたら永遠に伸び続ける。→ **×**  
(髪にも寿命があり(これをヘアサイクルという)、この期間は男性で3～5年、女性で4～6年。髪は一日に0.35mm伸びるといわれているので、髪の寿命をまっとうしたとすると、女性の場合、0.35mm×1年(365日)×5年=約65cm！  
TV等で数メートル伸びたという人もいますが、65cmぐらいが女性の髪の平均寿命です。)



### 先月につき、小宮のおススメ♪ 【ジーンズハンガー】

梅雨の時期や寒い冬、なかなかジーンズって乾かないですよ～

そんな時にオススメ！このハンガーはウエスト部分を開いて干せるのでよく乾きます！

でもそれだけではありません！

洗濯物が多い日やベランダが狭いお宅でも、場所をとらずに干せて、一石二鳥♪

100円均一にも売っていますよ～  
ちょっと気になった方は是非、お近くの100円均一へゴー♪



重曹というと、お掃除用のイメージが高いですが、実は美容にも活用できる万能選手♪

弱アルカリ性である重曹には、酸を中和する働きがあります。

また、お肌の毛穴に詰まった汚れなどにも効果的！

柔らかく細かい粒子がお肌を傷つけずにスクラブする作用や、洗淨効果を高め肌にも優しい水を作る軟水化作用など、美容に役立つ作用がたくさん！

スーパーや薬局で気軽に入手でき、お手軽なお値段の重曹で輝くお肌を手に入れてみましょう♪



重曹の基本

①重曹とは、重炭酸曹の略で、地下水や海水にも含まれ、パンなどの膨らまし粉の原料の一つです。食用にできるぐらいなので人にも地球にも優しい天然素材です。

②重曹には薬用、食用、工業用がありますが、純度と品質は薬用>食用>工業用と高くなっています。お掃除には工業用でOKですが、美容には薬用か食用を使用しましょう。

③大量に購入した場合は、湿気を避け、密閉容器に移し、風通しのよい暗冷所で保存すれば3年ぐらいは劣化しません。



カンタン重曹手作りアイテム

☆重曹スクラブマッサージクリーム☆

材料

- 重曹.....大さじ3
- voigeスキンコンセントレート (もしくはグリセリン)・・・小さじ5
- 密閉容器

作り方

1. 重曹とスキンコンセントレートをクリーム状になるまで練る。
2. 密閉容器に移す



\* お顔につけて優しくマッサージをした後、ぬるま湯で洗い流します。

週に1~2回のスペシャルケアで、重曹が毛穴の脂汚れを吸着し、肌のざらつきもなめらかに！メイクのノリが変わったことが実感できると思います。

☆重曹歯磨き☆

材料

- 重曹.....少々
- 歯磨き粉.....適量

作り方

歯ブラシに歯磨き粉を付け、重曹を振り掛ける

\*いつも通り、ブラッシングすればOK！

研磨効果で歯垢も

すっきり！

黄ばみや虫歯予防

にも効果的♪

(週に2~3回の

使用が目安です)



☆重曹ソルトスクラブ☆

材料

- 重曹.....小さじ1
- 天然塩.....小さじ1
- オリーブオイル・・・小さじ1/2

作り方

重曹、天然塩、オリーブオイルをよく混ぜ合わせれば完成♪

\*ひじ・ひざ・かかとなど、かさつきが気になる場所につけて、手の平で優しくマッサージし、ぬるま湯で洗い流します。その後石けんで洗きましょう。

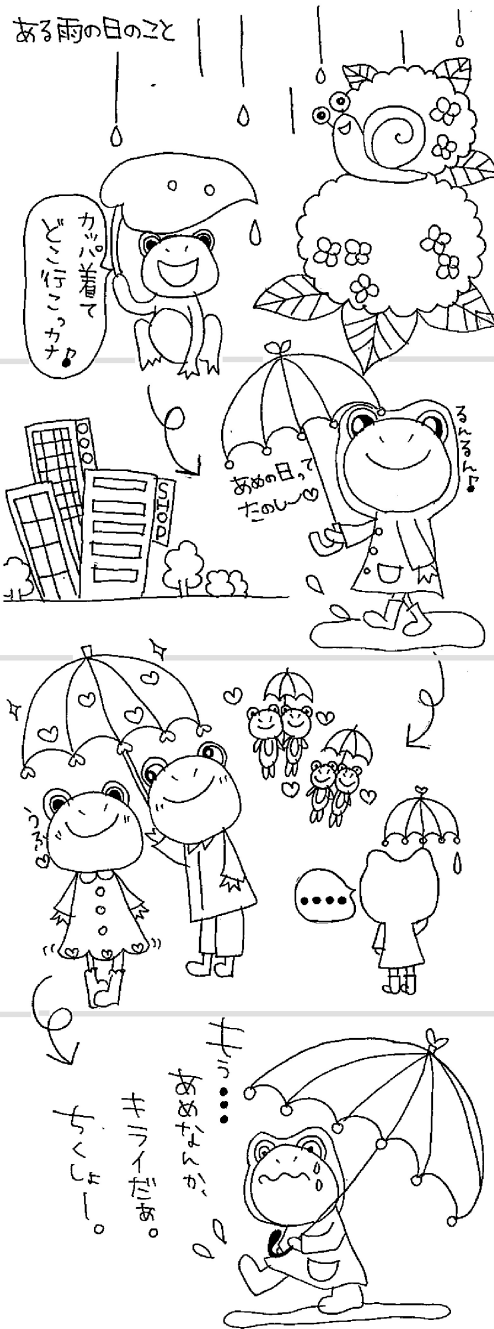
重曹と天然塩のスクラブ効果で角質を除去してツルツルに！

Lienを読んで頂き、ありがとうございます。皆様とのお付き合いを、スタッフ一同心からうれしく思っております。

この出会いを永く大切に、よりご満足いただけ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、より皆様楽しんでいただ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

ケロンちよ村★雨はきれい...



編集後記

樹々の緑も深く、初夏の訪れを感じる 今日この頃です♪



先月、縮毛矯正をかけました。もう、湿気も雨も怖くありません♪怖いものはただひとつ、私の母親です。母親には逆らえないですね～。と言うより、逆らった記憶がない...? いとが

株式会社 エフタイム  
〒342-0836  
埼玉県越谷市蒲生町7-40 AMビル2F  
TEL 048-990-7540  
FAX 048-990-7541  
E-MAIL info@voige.com  
URL http://www.voige.com