



No. 316

May

2021

IMAGINE COMMUNICATION

>> IMAGINEの似合わせ

ヘアカラー編

瞳の色、白目とのコントラスト等々で似合う色みを判断させて頂いています。
(白髪染めの場合は例外もあり)

瞳の色に合わせることで「肌」が綺麗に見えます。



winter



summer



autumn



winter



お客様の染めたい色と似合う色が違う場合・・・

▶フェースラインは似合う色で染め、フェースライン以外の部分を染めたい色で染めることで「似合わせ」を犠牲にせず、お好みの色味をお楽しみ頂いています。
詳しくはスタッフまで。

『汗』

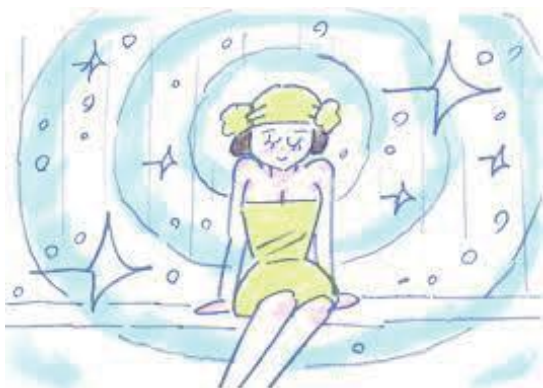
「汗をかいて臭う」というのは実は大きな誤解です。
汗は99%が水分のため、それ自体にニオイを発するものがないのです。

汗は血液に含まれる水分や、ナトリウムなどのミネラルからつくられますが、ミネラルは体に必要なものなので、汗腺から血管に再吸収されます。ただし、汗腺の機能が低下すると再吸収がされにくくなり、汗の中にミネラルが多く残ったまま排出され、それが皮膚の常在菌のエサとなって菌が増殖。これがニオイのもととなるのです。

汗腺はまた「精神性発汗」も促します。ストレスから手のひらや足の裏、脇にかく汗がそれです。驚いた時にかく「変な汗」もこれに当たります。工作中デスクに座っているだけなのに足からツーンとニオイがする人は、精神性発汗が起きている可能性も。仕事の合間にリラックスする時間を取り入れることも大切です。

汗をかくほど汗腺が鍛えられ、におわない汗に変わります。夏も湯船に浸かり汗を流す習慣を持ちましょう。ウォーキングなどの運動は、汗をかくまで行うのが◎。目安は20分以上です。大量に汗をかくホットヨガやサウナも良いでしょう。これらは、週1~2回程度で十分です。

(八戸ノ里店 杉原)



西井の
ビューティーコラム

『こんにゃく』



一年を通して目にする食材。こんにゃくは昔から「おなかの砂おろし」「胃のほうき」等と呼ばれていたそう。

こんにゃくには、不溶性食物繊維が豊富で便秘解消や腸内環境を整える効果、血糖値の上昇を抑える効果があります。利尿作用のあるカリウム、卵と同じくらいのカルシウムが含まれています。

乾燥を防いで、保湿効果のあるセラミドが豊富に含まれています。

低カロリー、低脂質なので、日々の献立に積極的に取り入れたいです。

こんにゃくの栄養を効率よく取り入れるレシピ

- *こんにゃくときのこ、こんにゃくとごぼうの甘辛煮
- *こんにゃくのきんぴら
- *こんにゃくミートグラタン
- *厚揚げとこんにゃくのお味噌汁

お気に入りのレシピで美味しくいただきたいですね