

# もうひと手間が美肌への道

毎日洗っていても、汚れが溜まりやすい夏の肌！  
いつものお手入りに「もうひと手間プラス」パウダーパックでつやつやしっとり肌を手に入れましょう♪



★パウダーパック(ハケ付) 110g ¥5,000(税抜)

## パウダーパックの特徴

タンパク質分解酵素の働きにより、老化角質を分解&泥成分が毛穴の汚れを吸着!メラニン色素を取り除きキメを整えます。混ぜ合わせる物によってアレンジ可能。全身に使用できます。

## 【基本パックの使い方】

1回5g(小さじ1杯程度)を化粧水5mlで乳液状に練り合わせ、付属のハケで生え際、目口の周りを避け顔全体に伸ばしてください。(パウダーパック1に対して化粧水1の割合)

\*約5分で乾燥してくるので、湿らせたコットン、スポンジ等で拭き取るか洗い流してください。

## 早速実践!!

### 目指せ★美白美人

シミが気になるので化粧水B+海オイル+パウダーパックをしました。洗い流した後すぐに確認してみたら少し薄くなっていました。お風呂の中でパックをしたので蒸らされたからか、つやつや、しっとり肌が明るくなりました。★先に化粧水と混ぜ合わせておくのがポイント!それからオイルを2滴加えるとしっとり酵素パックの出来上がり♪



### 目指せ★毛穴美人

毎日ダブル洗顔をしていても鼻の所まで手が届いていないために次第に小鼻の黒ずみや鼻の頭の毛穴の汚れが目立ってきました。5日に1回のペースでローズミスト+パウダーパックを使用。ローズミストには精油には含まれにくいタンニンが多く含むため毛穴の引締めにも効果的。1回目から小鼻の黒ずみが薄くなってきて、3回目では鼻の頭の毛穴がキレイになってきました。継続することで効果が出てくることを実感しました。引き続きパックしていこうと思います。

### 目指せ★つるぴか美人

長年、膝の黒ずみが気になっていました。今回、月桃石けん+パウダーパックを使用。月桃石けんをいつものようにネットで泡立てパウダーパックを2振り足すと、もっちりした泡の出来上がり。その泡で気になる膝をクルクル洗い5分放置した後洗い流します。月桃には美白効果があるので、1回で膝全体が白くなったのを実感!さらに保湿効果があるのでしっとり。継続することで黒ずみがどんどん薄くなりそう!期待しています。

### 目指せ★かかと美人

普段から肌が乾燥し、かかとは特にガサガサでした。パウダーパックはいらぬ角質だけを取るということで、肌を柔らかくするホットジェルと混ぜて試してみました。パウダーパック小さじ1+化粧水小さじ1/2を溶いてホットジェル小さじ1を加えた物をかかると塗って5分間置き、拭き取るだけ!ホットジェルの効果もあり身体もポカポカしっとりかかとの出来上がり♪暑い季節でも、冷たい飲み物や冷房で身体は冷えがちですのでオススメです。

## point!

- 放置時間は約5分ですが、環境により、早く乾燥する場合があります。パックの淵が乾燥し出したら、パックオフの合図。優しく拭き取るか洗い流しましょう。お風呂の中で行うと乾燥しすぎないので乾燥肌の方にオススメです。
- 洗顔後、水分は軽く拭き取ってからパックしてください。
- パックを取った後は化粧水、クリームもぐんぐん入ります。たっぷり保湿しましょう。
- パウダーは湿気の多い場所を避けて保管しましょう。
- 水分と合わせる事で酵素が働きます。パックは作り置きせず、一回分を使い切りましょう。

## アロマDE 蚊対策

天然の精油で人にも優しい  
虫除けスプレーを作ってみましょう。

### 【作り方】

- ① スプレー容器(50ml)に、無水エタノール5mlを入れます
  - ② 精油を10滴加えて、よくふります
  - ③ 精製水を入れてよくふってでき上がり
- \*使用する際はよくふって、なるべく早目に使いきりましょう

\*お子さんやワンちゃんにはアロマリボンも便利♪  
アロマリボンに、精油を垂らし、洋服やカバン、首輪、バンダナなどにつけるだけ!  
匂いに敏感なので、嫌がっている様子がないか確かめてくださいね。

\*もしも蚊にさされてしまったら...  
ローズオットー精油配合のローズジェルを、患部に塗ってみましょう。  
かゆみもやわらぎ、さされた後の赤みも早くおさまります。



## お手軽! 夏にオススメ 水出しハーブティー

寝る前や朝、水にハーブをいれておくだけで  
美味しくできる水出しハーブティー。夏に飲みやすいアレンジで  
植物のパワーと水分を補給!

### 水出しオススメハーブ

ハイビスカス・ペパーミント・  
マロウブルー・マテなど

### 水出しハーブティーの作り方

#### 【材料】

- ・ハーブ...ティースプーン  
山盛り3杯くらい
- ★あらかじめ砕いておく(と出やすい)
- ・水...500cc(ミネラルウォーター、  
浄水した水、沸騰させた水道水など)



### 【作り方】

- ① ティーポットや蓋のある容器に常温の水を入れます。
  - ② ハーブを入れ5~8時間冷蔵庫に置きます。
- (茶こしが無い場合は お茶パックにハーブを入れてください)  
※作る量は一日に飲める分だけ♪

その他、炭酸水やスポーツドリンクで  
割っても美味しい♪

### 【応用編】

- カルピス+水出しマロウブルー 1:4
  - オレンジジュース+水出しハイビスカス 6:4
  - グレープフルーツジュース+水出しペパーミント 6:4
- ※割合はお好みで調節してください。

## ▶ 予防医療を目指すアロマセラピー講座のご案内

~ミューゼ認定教育カリキュラム~

天然の精油が心・身体・肌にどう働きかけるのかを学び、日々の生活に活かしませんか?

まずはアロマセラピーがなぜ病気の予防になるのか基本を知りましょう。

こんな時にはどの精油やハーブを使えばいいの? 毎日の生活に取り入れるための具体的な方法を学びます。

お仕事として取り組みたい方、アロマの施術をマスターし、人に伝える為の講座。

ステップ1	ステップ2	ステップ3
予防医療アロマセラピーの入門講座 【3時間/4000円(講習費・テキスト代込)】 内容 アロマセラピーの基本(歴史・精油の選び方・効果・使い方・法律など) スクール説明・アロマ製品説明	予防医療アロマセラピーを更に深める専門講座 【8時間/30000円(講習費・テキスト代・基本精油1mlx6本・月桃水・MHAミニサイズセット込)】 内容 アロマセラピー理論・精油の化学・美味しく飲めるハーブティー・MHA理論	プロのアロマセラピストを目指す方の専門カリキュラム ◎ホリスティックアロマケアコース(フット・フェイシャル・ボディー技術資格) ◎アロマレクチャーコース(アロマセラピーを伝えていく講師資格)

基礎試験終了後、修了証発行

☆ステップ1.2は、大阪府立健康科学センター監修教育です。  
☆各種講座はミューゼ本社及びミューゼ認定講師、レクチャーからも受講できます。

詳しくはミューゼ株式会社のホームページをご覧ください。 <http://www.mha.co.jp/>

