

10月は一年を通して一番良い月かもしれませんね。

味覚の秋、実りの秋といわれるほど、食べ物も美味しいですね。特に新米で炊く「飯は、お漬物さえあれば、他におかずがなくても、何杯もいただきます。」ですね。

11月生まれの人に、優秀な子どもが多いのも、新米が出回り、授乳中のお母さんがお腹が空くので、たくさんご飯をいただくからだと、そんな話を聞いたことがあります。

肌も一年を通して、一番安定している時期ですね。今の時期にしっかりと肌に水分を浸透させておく、乾燥する冬場も、水分不足による肌荒れで悩むことも少ないでしょう。

アトピーも、ニキビ肌も、毛穴の開きも、すべて使う人の肌の水分量が不足していることから起こっています。ですので、肌トラブル別のケアは、まったく必要ありません。肌に必要な水分があれば、どんな肌トラブルも、すべて克服されます。

私たちの体には、潤い成分を作る機能が備わっています。肌の仕組みを理解せず、自分の思い込みで肌を負担をかけるケアを過剰にしていると、毛穴が開いた、ニキビが治らない、もっぴいなケアをしても治らない、と嘆く結果になってきます。

外から人工的なケアを行っても、うるおい成分を作ることは殆どできません。肌の組織まで届く水分を与えることで、肌細胞が活性化し、うるおい成分が作られる仕組みになっています。外から、肌にも有効成分を使っても、肌にも備わっている機能が上手に作動せず、却って、肌トラブルを引き起こしてしまいます。

自分の思い込みでケアをするのではなく、肌の仕組みを理解したスキンケアを行えば、歳を重ねても、肌のこと、悩むことは、まずないでしょう。

それに合わせ、食事の内容も大切です。簡単だから、自分で作るより安くつく、と加工食品に安易に傾くと、肌も荒れてきます。自分の手で作る料理には、外で求める物と根本的に内容が異なっています。

☆ 今月の開運 ☆

○邪気を落とす「水」の力に注目

トイレの後に手を洗う本当の意味

トイレで排せつ物を流す、顔を洗う、歯を磨く。こうした日常的に行う行為にも、水によって悪い「気」を落とすという意味が含まれています。

例えばトイレでは、人は排せつ物と一緒に「気」も発しています。さまざまな邪念が「気」と一緒にトイレの中に残されている、と考えて間違いありません。

トイレを済ませた後には手を洗いますが、これはただ単に手についた雑菌などを流すために行っているものではありません。トイレに残っていた「邪気」を洗い流す。それが「手を洗う」ことの本来の意味です。

○招福吉日

財力増大の吉日、この日に貯金や取引をします。

10月8日(土)

○健康長寿日

この日にシーツやパジャマを取り替えるのがおススメです。

10月15日(土)

○一粒万倍日

新しいことを始めるのに良い日とされています。

10月10日(月)

○今月のラッキーカラー

白

◎ スタッフの声 ◎

こんにちは、YH化粧品スタッフの古川です！

金木犀の香りが漂う、秋の空気になってきましたね。秋は、芸術の秋や読書の秋とも言われるように文化に触れる機会も増えるシーズンですね。

素敵な絵画や音楽に触れて感動したり、面白い本や映画、音楽に刺激を受けることで、リラックス効果のあるドーパミンを増やすことにも繋がります。ドーパミンが増えると、やる気、積極性、意欲が向上し、プラス思考になります。

また、ドーパミンが増えることで美容に効果的なホルモンの一つ、エストロゲンも増えると言われています。エストロゲンが増えると、美肌や美髪効果だけでなく女性らしいボディラインを作ってくれる効果もあります。

この秋は、素敵な芸術に触れて、内側からも美しくなりましょう♪

ユーザー様から よくある質問

YH化粧品のご愛用者の殆どがアトピーやニキビ肌の方です。特にアトピーの方から、問い合わせが多くあるのは、「YH化粧品を使っていると、安心している内容ですか？」という内容です。

「提案とおりのケアを行っていただいていると、アトピーはよくなっています。アトピーはよくなっています。アトピーはよくなっています。」

使い始めてしばらくすると、アトピーが酷くなった、顔が真っ赤になってきた、やっぱりYH化粧品も肌に合わないという報告をいただくことがあります。

これらの症状は、決してアトピーが酷くなった状態ではありません。順調にアトピーがよくなっている証でもあります。

YH化粧品を使うことで、体や肌の細胞が修復して、ステロイド剤が、体内で分解・解毒されずに内臓に蓄積されていたものが、排泄の器官である皮膚から排泄つされていくためです。体内の毒素となっていた物を出さない限り、アトピーは完治しません。

ステロイド剤は、免疫抑制剤です。決してアトピーを治す薬ではありません。お薬は、自然界に存在しない物。自然界に存在しない物は、体内で分解・排泄は、殆どできません。ですので、幼い時に使った物でも、何年も体内に蓄積されています。

本物の味噌の見分け方

お味噌は、スーパーフード。お味噌の栄養価は、世界的にも認められていますね。
「みそ汁を1日3杯飲むと、乳がんが40%減少する」、と今話題になっています。
また、原爆や放射能にも効果があることは、チェルノブイリ原発事故でも、立証されています。

本来は、手前みそが体に良いのですが、作る時間がないという方に市販のお味噌を購入する際に、本物のお味噌とそうでないお味噌の見分け方をご紹介します。

本来の手前味噌というのは、発酵熟成させて、味がよくなるまで1～3年かかります。

速醸味噌

市販の味噌の殆どは、伝統製法による味噌と異なり、短期間で発酵させる「速醸味噌」が、一般の味噌として売られています。

※速醸味噌とは、発酵を早めるために、加熱して無理に麴の働きを活発にし、20日ほどで作る味噌です。

この速醸味噌には、殺菌や長期保存、変質変色を防ぐための殺菌効果で、生きた酵母は含まれていません。

無添加みそ

無添加と聞くと、何となく伝統製法の味噌で高級な感じがしますが、食品添加物を使っていなければ、速醸味噌であっても、無添加味噌と表示できます。
生味噌という表示があると、調整処理していない酵母が生きている味噌です。

天然醸造味噌

この表示があると、家庭で作る長期で熟成させる味噌と同じです。

お味噌を買うときは、化粧品と同様、成分表示を確認したいですね。
食品も原料が少ないのが高品質となります。

国産大豆、国産米、天然醸造・長期熟成、という表示が、安心・安全な味噌になります。

出来れば、私たち日本人は、毎日口にする味噌は、手作りを心がけたいものです。
大豆・麴・塩の3つの食材で作れます。
乾燥大豆5*で、麴が5*、塩が2.5*で、20*の味噌が作れます。



ワイエイチ通信バックナンバーをご覧ください。
<http://www.yamahira.co.jp/newsletter/index.html>

～ YH化粧品 株式会社やまひら ～



公式サイト：<http://www.yamahira.co.jp/>
アトピーニキビ肌 お悩みアドバイスBOOK：<http://ameblo.jp/atopy-jyoho/>
〒225-0015 横浜市青葉区荏田北3-1-4 3F
TEL 045-910-5447 FAX 045-910-5478