

七月は、八月と並んで夏本番です。一年の内、一番毛穴が開いている時季でもあります。この時季に、ミネラルバランスの良い水分を、しっかりと肌や髪に浸透させておきましょう。

体の冷えは、夏の過ごし方によるといわれていますが、肌も同じなのです。毛穴が開いている時季に、水分を補給を怠らなければ、本当に、乾燥する冬場は楽なのです。

水分補給で忘れがちなのが、頭皮です。頭皮は顔より皮膚が薄く、水分が蒸発しやすい部位。そして、紫外線の影響もお顔よりも受けやすいところ。

白髪、抜け毛、フケなど頭皮のトラブルは、乾燥とミネラル不足です。ご存じだったでしょうか？

精製水ベースのヘアケア商品は、どんなに頭皮に浸透させても頭皮の真皮には届かないので頭皮の保湿は難しいのです。

理想のミネラルバランスを有している天然鉱泉水50%がベースになっているYHローションA。お顔同様、髪にツヤとハリを与えます。

ミネラルの中でも、新陳代謝に優れたマグネシウムは、口から入る「経口吸収」よりも、皮膚から吸収する「経皮吸収」の方が有効とされています。

YH化粧品品のベースになっている天然鉱泉水は、カルシウムとマグネシウムの比率は、2...1の理想の比率です。

## ☆ 今月の開運 ☆

### 幸運を呼ぶ12の習慣

良い気をチャージできる場所に旅を。運気が高まり、脳力もアップ、ビジネス運も向上する。旅行は脳に良い刺激を与え、心の運動量を増やします。決まりきった日常生活から一時的に逃げ出すことで脳力が高まり、結果的にビジネスにも確実に良い影響をもたらします。

ぜひ、自分を幸せな心の状態にしてくれる旅先で美しいものにたくさん触れ、良い気をチャージしてください。そうすることで心と体が一つになり、仕事のモチベーションも、さらに高まっていきます。

#### ○ 招財宝日

財運増大の吉日、この日に貯金や取引をします。

7月25日 (火)

#### ○ 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。

7月26日 (木)

#### ○ 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。

7月05日 (木) 16日 (日)

#### ○ 7月のラッキーカラー

青と黄色

## ◎ スタッフの声 ◎

7月と言えば、七夕でしょうか？

我が家の子供たちも、短冊に願いを込めて書いていました。

ふと、子供が、「去年も一昨年も、七夕でお願いしたから、夢はかなったんだね。」と…。そして「言霊」を思った私です。

今までは、「言霊」は発した言葉と解釈していましたが、自己啓発で有名な夢ノートもあるのだから、書いた文字にも、いや、自筆で書いた文字だからこそ「言霊」が存在しているのかもしれない。

子どもたちの無邪気な発言に、ふと立ち返る出来事でした。

堀家



肌トラブルを克服するには、YHローションAではなく薬用YHエッセンスの集中ケアです。

内臓の病気で例えるなら、風邪とガンでは治療法が違います。それと同じように皮膚科や美容皮膚科で治らないものを薬用YHエッセンスで治そうとする場合は、薬用YHエッセンスを化粧品として捉えずに、肌トラブルの治療として使ってください。

薬用YHエッセンスは、YHローションAを濃縮したものです。お値段は、YHローションAの2倍。効能は、薬用YHエッセンスの2倍ではありません。3、4倍の効果は、十分期待していただけます。

YH化粧品で、重篤な肌トラブルが元の健康な肌に戻るには、ミネラルバランスの良い、医薬効果が期待できる天然鉱泉水を100%使っているからです。

それらの肌トラブルを、YH化粧品で副作用なく、殆どの肌トラブルを治すことが可能です。従来の化粧品では、重篤な肌トラブルを治すことはできないでしょう。

重篤なアトピーや、ニキビ跡の深い凹凸、毛穴の開きなどの肌トラブルは、皮膚科や美容皮膚科でも、多分根本的に治らないでしよう。また、そこには、必ず副作用が伴います。

肌トラブルに  
即効性が期待できる  
薬用YHエッセンス

## 酵素とジャム作り

自分の手で作ったジャムのお味は格別ですね。イチゴの季節が過ぎ、これからブルーベリーが最盛期になります。ブルーベリーは眼精疲労に良いということで、ジャムの中でも、人気が高いですね。

そしてジャム作りも、二通りあると思うのです。  
果物と砂糖を使って最初から煮てジャムにする方法。  
もう一つは、シロップ漬けの搾った後の実を煮詰めていく方法。

今回ご紹介する方法は、酵素やシロップの後の実をジャムにする方法です。これだと酵素飲料も楽しみ、ジャムも味わうことができます。

酵素の作り方も一緒にレシピを載せておきます。

※写真は桑の実になっています。



桑の実の酵素

### 「酵素の材料」

- ◆ ブルーベリー 1キ。
- ◆ 白砂糖 1.1キ。
- ◆ 容器

### 「酵素の作り方」

1. 清潔な容器に砂糖・ブルーベリーを交互に重ねて、最後は砂糖になるようにする。
2. 軽く蓋をして、朝晩手を入れてかき混ぜる。
3. 夏場の暑い時は、4日程で発酵します。
4. カーゼか晒して濾す。
5. 化石サンゴを1本入れておくと、腐敗しません。



桑の実の酵素ドリンク



桑の実のジャム

### 「ジャムの作り方」

1. 酵素で搾った実を鍋に入れ、少し水を加えて煮詰めていく。
2. 酸味がない時は、ペクチンを加える。

### ※酵素を作る時の約束ごと

1. 砂糖は粒子の細かい白砂糖を使う。植物と浸透圧が違う砂糖を使うと、上手く発酵しません。
2. フルーツと砂糖の比率は1:1.1。実が大きい物は、サイコロほどの大きさに揃える。今回のブルーベリーは実が小さいので切らずに使っています。
3. ジャムにしない場合は、果物は一種類だけでなく、2,3種類合わせて作ることもできます。

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