

春メイクには、絶対コレっ！



今年の春は、パステル系の色味のアイカラーが多いですね。雑誌でも、グリーンやパープル系を多くみかけます。そんなキレイ系の色味をひきたてるのが、コレ！《華ほほべに》です。キラキラのラメが入っているので、チークだけではなく、アイメイク、そしてフェイスカラーにも使える優れもの！！

アイメイクに使う時は、いつものアイメイクの上に重ねるだけでシャイニーでかわいらしい印象に☆「ちょっとラメは恥ずかしいわ・・・」という方には下まぶたのキワに、チップや細い筆でラインを入れる感じで、オンしてください。白目部分が引き立って、目がくっきりした印象に。また、淡いピンクを下まぶたにのせることで、女性らしい優しい印象になりますヨ。

そして、私のイチオシはフェイスパウダーとして使うこと。お手持ちのお粉に、華ほほべにを少し混ぜます。（お手持ちのアイカラーやチークで、ホワイトや薄いピンク系をお持ちの方は、それも少し入れてみてください。）上品なピンクに仕上がったら、メイクの最後に大きめの筆で、お顔全体にふんわりとのせます。ラメによる光の乱反射で、シミやくすみのないお肌に仕上げてくれるんです☆もちろん、混ぜずにそのままでもお使いいただけます。お好みの使い方でお試しいただきませうね。

華ほほべに ¥3,990 (税込)

風邪かな？と思ったら・・・

まだまだ、寒い日もある4月。寒暖の差が激しい春は、風邪をひきやすい季節です。ウイルスは、寒くて乾燥する環境で活発に活動します。とくに、のどや鼻の粘膜が乾燥していると、ウイルスが取り付きやすいので、ご注意ください。

反対に、のどの粘膜がいつも潤っていると、風邪やインフルエンザのウイルスに感染しにくくなります。のどを潤すには、大根のおろし汁や梨のジュースが最適。炎症を取り去る働きもあり、のどの痛みや咳にも効果的です。

梨は、中国では咳止めや、のどの痛みによく利用されているそうです。ジュースは飲まずにうがいをするだけでも効果的。（洋ナシは×。）

咳や痰がひどい時にオススメなのは、大根やユリ根。大根はサイコロのように角切りにして、はちみつや水飴に漬けます。1～2時間すると、水気が出てきますので、その汁をスプーンなどですくって飲んでください。これが、昔からの咳止めの民間療法〈大根飴〉です。のどのイガイガも楽になるような気がします。大根の辛み成分のせいでしょうか？

また、ユリ根は肺を潤し、咳を止める効果があります。咳がひどいな・・・と思う時には、どうぞお料理の素材の1つに加えてみてくださいませ☆



ワンポイントで、乾燥をブロック！

夜、寝るときに首にタオルを巻き、マスクをしてみてください。

首にタオルを巻くと、寝ている間に首から汗が蒸発し、のどが乾燥するのを防ぐことができます。マスクも、のどの乾燥を防ぎます。

また、電気毛布を使うと、のどが乾きやすくなりますので、お布団に入る前に温めて、温まったら切るようにしてくださいね。

加湿器を使ったり、洗濯物を部屋に干しておくのは、風邪だけでなく、お肌にもとっても効果的です♪お部屋の景観はよろしくありませんが、のどや肌は潤い、洗濯物はすぐ乾いて一石二鳥～☆☆☆

4月のお休み予定

4月1日～6日（研修のためお休みをいただきます。）

4月12日（日）日曜日の営業は変更になる可能性がございます。お手数ですがご来店前にご確認をお願い申し上げます。