

かわだや かわら版

1月挨拶



かわら版愛読者の皆様、こんにちは。代表の河田です。

年が明けてはや一月が経ちました。今年の冬はとても寒いですね。春はすぐそこまで来ていますが、まだまだ寒い日が続きます。風邪などひかないように十分に気をつけてください。

さて、皆さんも新しい年を迎えるにあたり、今年 の目標を立てられた事 と思います。私の目標は 「伝える力を磨く」です。お客さまに対して、職人 に対してなど何をどうす れば理解してもらえるか を色々な角度から考え、 伝えていけるように頑張 ります。



【 異常乾燥注意報 】

冬の真っ只中、空気がとても乾燥しています。火の元には十分注意してください。

さて、乾燥と言ったら空気だけではありません。この季節、肌はカサカサ・顔はパサパサ・髪はボサボサ（これはだらけすぎ？）。今の時期はお肌のお手入れが非常に大変ですね。寒い冬場は夏などに比べ、どうしても水分を摂る量が減ってしまいます。それに加えてこたつ等の暖房器具で水分が奪われるのでお肌の潤いが失われるのは必然です。

そこで、かわだやからお肌の乾燥対策をお届けします！



- ・なるべく水分を摂りましょう。

人は毎日2ℓの水を飲む必要があるそうです。トイレが近くなりますが、出来るだけ水分を摂りましょう。

- ・ローションや乳液などオイル系を塗ってお肌を外からガードしましょう。

いかがでしょうか、参考になりましたか？

「それだけ？」とは言わないでくださいね。上記の2つがとっても大切です。体の中からと外からの両方からケアすれば、この季節もピチピチのお肌でいられる事まちがいなし！？

ただし、1つ注意してください。オイル系（脂）の摂取に関しては外からだけにしないと、ピチピチのお肌を通り越してガラガラのお肌になってしまいますのでご注意ください。。。

かわだや美容局からのお知らせでした(^_^)。

平成25年 2月1日

第28号

(尚)かわだや 発行



【21世紀の大発見?】

日本全国2000万人の花粉症ファンの皆様！いや、違った…花粉症に悩まされている皆さん、世紀の大発見をしたかもしれないかもしれません！(…)これも私が発見したのは記事です…)

なんと、ヨーグルトなどに入っているビフィズス菌に花粉症を抑制してくれる働きがあったようです。

今ある薬は、鼻水などの花粉症の症状を抑制してくれる働きがありますが、ビフィズス菌BB536は花粉症自体を抑制してくれるのかな？うまく説明出来ませんが、要はヨーグルトを毎日食べていけば、花粉症にならない！とまではいかないと思いますが、症状が少し改善されるのかな。

ともあれ、季節のフルーツ入りヨーグルトは毎日食べたいです。それに加えて花粉症も防止出来たら最高ですね。

ペンネーム よしろー

アレルギー体質の人は腸内のバランスが乱れている事が多いそうです。

この腸内環境の乱れに有効に働いてくれるのがヨーグルトに含まれる乳酸菌（善玉菌）。

腸内細菌のバランスを整え（腸の粘膜を強くし）、花粉症の症状を和らげてくれるのだそうです。

症状が出る前から食べ続けているのがよいそうです。

