



エナ美容通信♪

～大切なあなたの美容をサポート！
キレイな女性のための情報誌～

▶ ごあいさつ

GREETING

大好きな夏がやってきました！



毎年、毎年気温が上がリ猛暑の夏ですが、夏生まれの私はやはり夏が一番好きです。

皆様は、どの季節が好きですか？今年の夏の予定はお決まりですか？

私は北海道に行かせて頂きます。実は、初めての北海道です。美味しい物も沢山食べたいなって思っていますが、最近めっきりハマっているゴルフをしに北の大地に行つて参ります(≧▽≦)

7月10～12日までお休みを頂きます。ご迷惑をお掛け致しますが、よろしくお願ひします。

Yoko

▶ プチ情報

INFORMATION

夏の花といえば？

夏の花というと真っ先に思い浮かぶのが『ひまわり』ではないでしょうか。和名では「向日葵」「日輪草」、英名では「サンフラワー」と呼ばれる正に太陽のイメージの明るい花です。ここで、ひまわりの豆知識をご紹介しますね。

まずは、ひまわりの花びらは1枚だ...ということ。実は、ひまわりってたくさんの花が集まった『頭状花序』と呼ばれる種類の花だそうで、これはキク科の花に共通する特徴です(ひまわりはキク科です)。

花びらに見えていたあの1枚1枚が実は1つの花だったんですね。それと多くの人がイメージする「ひまわりは太陽の方向を向いて咲く」という部分ですが、これは半分正解で半分間違いです。ひまわりは蕾の時期は太陽を追いかけますが、しっかり開花した後は動くことはありません。開花した花は東を向いたまま固定されるんだそうです。

そして、花だけでなく種もヒマワリ油や食用としても利用することができます、とても有難い植物なんですね。もちろんヘアケアとしても使用できます。



▶ 今月のできごと

MONTHLY NEWS

7月の記念日

- 6日 バアノの日
- 11日 真珠記念日
- 23日 ふみの日
- 31日 こだまの日



真珠記念日

1893(明治26)年、三重県鳥羽町の御木本幸吉夫妻が、養殖を始めて3年目で 初めて真珠の養殖に成功しました。

ひまわりパワーの秘密

ヒマワリ油は、ヒマワリの種子からとれる油です。ヒマワリ油は日本ではあまりなじみがありませんが世界的に見ると一般的で、マーガリンやサラダオイルなどに利用されています。

含有している脂肪酸の約70%がリノール酸だといわれており、このリノール酸にはコレステロール値を下げる効果があるとされています。さらに抗酸化のビタミンとも呼ばれているビタミンEが豊富に含まれていることから料理や化粧品などに利用されています。

ひまわり油はこんな方にオススメ！

- 老化を防ぎたい方 ○コレステロール値が気になる方
- 新陳代謝を活発にしたい方 ○肥満を防ぎたい方
- 生活習慣病を予防したい方 ○血圧が高い方 ○糖尿病を予防したい方
- 血流を改善したい方



化粧品としてのヒマワリ油

オレイン酸の含有量を多くしたヒマワリ油は椿油やオリーブオイルと同様に髪につければ毛髪の保護や枝毛・切れ毛を防ぐと言われています。さらに、ヒマワリ油は椿油やオリーブオイルのように独特の香りを持たないことから無香料のヘアケア商品としても少しずつ活用され始めています。

お勧めアイテム

RECOMMENDED PRODUCTS

ひまわり油入り トトノエ ヘアオイル

キレイな髪には、キレイになる秘密があります！！

ツヤを運ぶ秘密

ヘアオイルを塗っても髪にツヤが出ない…(汗)

実はただ単にオイルを塗っても髪にツヤは生まれにくいのです。その理由は健康な髪にはツヤを運ぶ成分があるのに対して、ダメージした髪はツヤを運ぶ成分が壊れてしまっています。

髪のツヤを運ぶ成分の名前は「18-MEA」

トトノエ ヘアオイルに含まれている18-MEAは、ダメージセンサー機能付きなので傷んだ部分に効果的に18-MEAを届けます。

18-MEAをトトノエ

毛髪科学に基づいた、髪のための美容液オイル

髪に自然なツヤを与えて、整えたい方にオススメです！



夏の肌トラブル

夏の連日の暑さ、どうしても汗をかきやすくなりますね。汗による肌トラブルといえば「汗疹(あせも)」が有名ですが、実は一番肌を荒らしてしまうのは「汗荒れ」と呼ばれるものなんです。

汗荒れ?きつと聞いたことない人の方が多いのではないのでしょうか。そこでまず、「汗疹(あせも)」と「汗荒れ」の違いをご紹介します。



汗疹とは、角質やほこりなどの汚れが汗腺につまることで正常な汗の分泌が妨げられ、結果として赤い湿疹ができる症状を指します。一方「汗荒れ」は、かいた汗が蒸発した後に残る塩分やアンモニア成分が肌を刺激して炎症を引き起こすもので、一種の接触性皮膚炎、つまり、「かぶれ」になります。特有の症状としては、湿疹ではなく赤く炎症が広がった状態になり痒みがあること。そして掻き続けていると掻破性湿疹というものになり、どんどん悪化します。

こうなると、夏が終わっても、中には何年も症状が続く場合があるんですね。注意すべき場所としては、お腹や背中もありますが圧倒的に多いのは首回り。特に首の後ろは注意しましょう。尚、なってしまった場合の対処法も汗疹とは真逆です。

汗疹は乾燥させるためにパウダーをはいたり、良く洗うことが大切ですが、汗荒れはその逆。乾燥を防ぐために保湿クリームを塗ることと、ゴシゴシ洗うことも厳禁です。洗う際は手のひらでそっと洗う程度にしましょう。

汗疹は発汗量の多い子供によく見られますが、汗荒れは大人も子供もなります。汗荒れになりやすいのは、汗っかきな人や肌がデリケートな人や乾燥しやすい人。自覚がある方は注意しておきましょう。

お勧めレシピ

RECIPE

★枝豆とチーズのおつまみマリネ



枝豆は大豆なので豆と野菜の両方の栄養的特徴を持った栄養価が高い野菜と言えます。

タンパク質、ビタミンB1、カリウム、食物繊維、鉄分などを豊富に含んでいます。

(材料は2人前)

1. 枝豆(150g)は塩ゆでして粗熱を取り、豆を取り出しておく。
2. パロセスチーズ(4個程度)は、豆と同じ大きさに角切りする。
3. ボウルに枝豆とチーズを入れ、マリネ液(オリーブオイル大1、醤油小1、レモン汁小1、砂糖小1/2、塩少々、こしょう多め)を入れてよくかき混ぜて、30分程度置く。
4. お皿に盛りつけて完成。

編集後記

いよいよ夏ですね〜。夏と聞くとなんとなくアウトドアのイメージで、実際BBQやる方も多いいんじゃないでしょうか。みんなでワイワイ楽しむBBQ、楽しいイベントの一つとして定着してますが、でも意外と「嫌い」「面倒くさい」「意味が分からない」という方もいますよね。

先日なにかの番組でマツコデラックスさんが「ホコリ被った肉食って、何が旨いんだ！」と絶叫していて衝撃を受けました(笑)。ホコリ被った肉・・・、確かに・・・。しかも夏だと屋外は暑いし・・・。

普通の外出と違って準備や後片付けが大変なBBQ。でも、大人数でワイワイやるのが楽しいのもBBQ。おそらく一緒に行くメンバーによっても意見が分かれるのかもしれないですね。さて、みなさんはBBQ「好き派」ですか？「嫌い派」ですか？

ちなみに私は以前に川でBBQをしたときに溺れた経験があります(汗)お酒を飲んでいたせいもありますが、ああゆう時って本当に焦ってしまうものなんですよね。多分川の中には河童がいて足を引っ張っていたのじゃないかな？

と冗談はさておき、お酒を飲んだ時は無理せずに川に入らないことが大切です。水の事故は命に関わりますから過信は禁物ですよ。

話は変わって、先日1年ぶり？くらいに来店されたkさんの頭皮が敏感なので、その後どうなっているか心配でした。最後に来店されたサロンは大宮に進出された某有名店だったようです。ですがカットがイマイチとのことでお直しに来られました。今までたくさん美容室に行ってもカットが上手だったのは、表参道のドゥーブルの山下さんと自分だったようでとても嬉しく思います。

あと数ヶ月でエナは8周年を迎えます。この美容通信をはじめ、皆さんと一緒にあらゆる機会に「ありがとう」と言わせていただきます。皆さんの変わらぬ熱意をとってもありがたく思っています。私はそれを当然とは思っていませんし、そのことをわかっていたらと幸いです。

いつの頃からか、美容というのは外面のことに感じていましたが、実は容姿が綺麗になることによって心(内面)が満たされていることに気がきました。心の豊かさを共有する、意義のあることを想像し、次のステージに進み続けていきます。

その機会を与えてくださった皆さんにお礼を申し上げます。

あなたのキレイを応援しています！

Uichi

お知らせ：7月よりサマータイムを実施します。営業時間は以下の通りになりますのでよろしくお願い致します。

7～8月 平日 9:00～19:00 土、祝日 10:00～20:00
日 10:00～18:00

発行

EVOX エナ

美容室エナ(火曜・その他、勉強・講習会の際は休み)

埼玉県さいたま市浦和区仲町3-11-1長堀ビル102

ご予約番号 048-824-0393



*このエナ美容通信は当店をご利用8ヶ月以内の方にお出ししています。