

Rejuve ニュース

春号



リジュージェニューズは、春のキレイ&健康を応援させていただきます。
イヤ～な花粉、春一番の吹くホコリっぽい季節になりましたね(+_+)

お肌の健康大丈夫ですか？ この春を①遠赤外線②超音波を含む複合音波のリジュージェ
で乗り切りましょう♪

敏感・デリケート肌の方へ

肌がかぶれやすくなる、急に「化粧品が合わなくなった」「下着などで肌がかぶれるようになった」
かゆみが出てくるなどの肌質の変化を感じたことはありませんか？

この時期は一年で一番肌がデリケートになりやすい時期なのです。

皮膚や粘膜が乾燥してバリア機能が弱くなると外部からの刺激に敏感になるのです。

肌の「基礎力」をつけることが大切です。ここでリジュージェの遠赤外線を活用しましょう。
肌が本来持っている活性化機能に働きかけ新陳代謝を促し、肌の基礎力をアップします。10
分で深部の温度は 41℃迄上昇します。免疫力アップ、毛細血管の拡張、酵素の活性化にも効
果大です(^-^)

三寒四温、一日の温度変化のあるこの時期は自律神経も乱れがちです。

リジュージェを転がすことで、特殊ローラーより発する微細振動によりストレスを緩和し、ゆ
っくりぐっすりお休み頂けます。

お風呂に精油(バラの香り)などを
入れ、香りに包まれリラックスした状態
(^-)気持ち いうえに、美肌に効果あります。

美肌・健康に効果的(^-^)

お風呂上り 気になる部分には、特に丁寧に
ゆっくりローラーを軽く転がして下さいね。

体のツボ＝ローラーをコロコロするだけで経絡に自然と当たりツボを探
す必要がないのがリジュージェです。穏やかな刺激は、リンパ管にも優し
く作用します(^-^)



ニキビ、吹き出物 対策

この時期は、ホコリっぽく肌は汚れやすくなります。乾燥もしているので肌の常在菌のバランスも崩れ、ニキビのもとになるアクネ菌が増えて炎症を起こすのが「ニキビ」です。ニキビには、何よりも、クレンジング・洗顔を丁寧に行うことが大切です。

効果的な食品・・・油分を控えた和食中心がおすすめです。食物繊維、抗酸化力のある緑黄色野菜など。

避けたほうが良い食品・・・動物性脂肪・糖分・油分の多い（パン・パスタ・菓子）などとりすぎないようにしましょう。

春の悩み別不足しがちなビタミン

シミ・ソバカス → ビタミンC・E 予防の為には、メラニンの発生を抑えるCが効果的。出来てしまったしみには、Eを、毛細血管を広げて血流をよくし、新陳代謝を良くし細胞の入れ替わりを活発にします。ベータカロチンも活性酸素を抑える役目があります。他紅茶、緑茶、米ぬか、大豆などには、抗酸化作用があります。

ストレス → ビタミンC

かぜひきやすい → ビタミンC・A

肩こりひどい → ビタミンB₁・C

抜け毛、枝毛がひどい → ビタミンE が大切です。

参考にして下さいね(*^^)v

リジューヴェは、「いつでも、どこでも、誰でも使える」優れものです。リジューヴェを使いこなすことでキレイ&元気になって頂けることと思います。

皆さんが、益々若々しく健康になって頂きながら、大切な人にお伝えし「あ・り・が・と・う」の輪を一緒に広げていければ嬉しく思います。「こんな情報ほしい」「勉強会したい」

「リジューヴェエステ体験してみたい」

遠慮なくいつでもご連絡ください

医療機器承認番号20600BZZ00188000号

(充電式・携帯用ローラータイプマッサージ器、日本製)

