

肌がキレイなら、毎日をもっと楽しい

THE

ALAVITA

vol.6

BEAUTY

毎日をちょっと楽しく、新しく。アラヴィータ・ビューティは、肌・心・体を美しく整えるための情報を季節ごとにお届けします。

عتم رشكاً نوكي موي لكف، ألي مچ كدلج ناك اذا. عتم رشكاً نوكي موي لكف، ألي مچ كدلج ناك اذا.



THE ALAVITA BEAUTY VOL. 6 2020

THE ALAVITA BEAUTY VOL. 6 2020

ALAVITAを紐解く今月の一言

『発酵』

ALAVITAに使用されている5-ALAは、発酵で作られている成分だということをご存知ですか？静岡県袋井市に所在する自社の発酵工場です。日々生産しています。「発酵」とは、お米から日本酒やお酢が作られたり、ミルクからチーズやヨーグルトが作られるように、微生物の力を借りた製造法のこと。5-ALAも、私たちにとって馴染み深く、ナチュラルな「発酵」の恵みで生み出されています。

CONTENTS

- ALAVITAを紐解く今月の一言
- 今月の気になるBeauty Topics
- ALAVITA成分図鑑
- 体の中からキレイに 5-ALA Recipe
- Line up
- コールセンターから今月のQ&A

今月の気になる
**BEAUTY
TOPICS**

肌から届くSOS!!すでに "夏バテ肌"になっているかも!?

今年の夏は、連日の猛暑に加え、マスクによる摩擦やムシなど、
経験したことのないストレスに晒されています。
だからこそ、いつも以上に肌の変化に寄り添って、早めのケアを心がけましょう。

"夏バテ肌"ってどんな肌?

紫外線や暑さ、汗や湿度などの夏の環境によりダメージを受けた状態。早急にケアをしないと、秋ごろから、肌悩みが一気に増えてしまうことも。



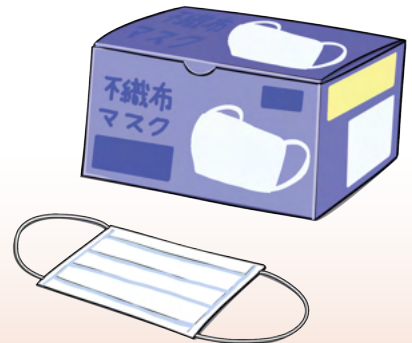
ひとつでも
当てはまったら要注意!

"夏バテ肌"セルフチェック

- 肌表面がザラザラしていて、ごわつく。
- ファンデーションのノリが悪い。
- 最近、くすみが気になる。
- 肌が赤くなるほど日焼けをした。
- 食欲がなく、粗食で済ませがち。
- 日焼け止めを塗る前に、散歩や洗濯などで、日射しを浴びることがある。

マスクとお肌について

マスクは、自身と周りの人を守るために欠かせない必需品となりました。しかし、合わないマスクを着用していると、肌トラブルの原因となることも。肌のためにこだわりたいのは、通気性と肌触り。自分に合ったものを見つけて、健やかな肌を保ちましょう。



First Aid



夏バテ肌 レスキュー方法

トラブルに「先回り」して
予防することがポイントです。

2. 酸化ケア

紫外線を浴びると、**体内に活性酸素が大量に発生**し、細胞にダメージを与えます。そこで、抗酸化作用のある成分や食品を賢く取り入れて、**早めの酸化ケア**を行いましょう。



おすすめ食材：緑茶、ゴマ、キウイ、ほうれん草、レモン
おすすめ成分：5-ALA(アミノレブリン酸リン酸)、エラグ酸

1. 炎症ケア

紫外線を浴びたお肌は炎症を起こした状態。なるべく早く炎症を抑えるケアをすることで、さらなるトラブルに発展することを防ぎましょう。



おすすめ食材：トマト、ブロッコリー、オリーブオイル、セロリ
おすすめ成分：5-ALA(アミノレブリン酸リン酸)、
ハトムギ(ヨクイニン)

3. 保湿

うるおいの保たれたお肌は、紫外線などの外気から自身を守る「**バリア機能**」がしっかり働きます。夏バテ肌が、さらなるトラブルへと発展しないように、夏もしっかりと保湿を心がけましょう。保湿の要になるのは、**化粧水とクリーム**。大量に使う必要はありませんが、上質な保湿成分を含んだ化粧水とクリームを適量、**毎日欠かさず**に使用することが、美肌への近道です。

ALAVITA 成分図鑑 vol.6 ゲンチアナ根エキス



■ どんな成分？

リンドウ科植物のゲンチアナの根から抽出されるエキスです。薬効があることで医療品にも活用されており、昔から胃腸薬として処方されています。

■ どこがすごい？

ゲンチアナ根エキスは炎症抑制、収れん、そして抗酸化作用が期待できる非常に優れた成分です。

■ どのアイテムにはいってる？

ALAVITAプースターデュオ、ヴァイタルローション、ヴァイタルクリームに配合されています。

体の中からもっとキレイに 5-ALA Recipe

サバ缶と丸ごとトマトの炊込みご飯

食品にも多く含まれる5-ALA。

食材に取り入れて、からだの中からもキレイをつくりましょう。

材料 材料(4人分)

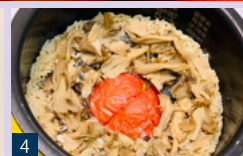
米 2合 トマト 1個 サバ缶 1缶(150g) 舞茸 1パック 大葉 適量
☆《醤油小さじ2 だしの素小さじ2 塩ひとつまみ チューブ生姜 1cm》

作り方

- 1 米を研ぎ、30分浸水させ、ザルでよく水切りしてから、炊飯器に移す。
- 2 炊飯器にサバ缶の缶汁と☆を入れ、2合目のメモリまで水を足す。
- 3 ヘタを取り、十文字に切り目を入れたトマトを中央に置く。
- 4 トマトの周りにほぐした舞茸とサバをちらして炊飯する。
- 5 しゃもじで全体をさっくり混ぜて、千切りにした大葉を盛り付ける。

POINT

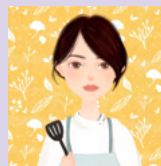
かための炊き上がりがお好みの方は、水の量を30~50mL程度少なくして炊飯してください。分量通りですと、少しやわらかめの仕上がりになります。サバ缶の骨を入れない方が口あたりがよいでしょう。



今月の5-ALA食材

トマト

5-ALAは食品にも含まれており、
トマト100gあたり9.8μg含有されています。
(ネオファーマジャパン調べ)



教えてくれる人

ALAVITA担当 Mi-Suzuさん

アスリートフードマイスターの資格を持つALAVITA担当者。「実は高温多湿が苦手なトマトは、これから味がしまってくる季節。近年、注目食材になったサバ缶と一緒にどうぞ☆」

ALAVITA SERIES LINE UP



みずみずしく
メイクをオフ

アラヴィータ クレンジングジェル
【メイク落とし】150g(約2ヶ月分)
通常価格 4,950円(税込)
定期特別価格 4,207円(税込)



海泥^{※1}でもっちり肌に
コクのある洗顔クリーム

アラヴィータ クレイウォッシュ
【洗顔フォーム】120g(約2ヶ月分)
通常価格 4,180円(税込)
定期特別価格 3,553円(税込)



ALAVITAの核心ケア
美しさへ一直線

アラヴィータ ブースターデュオ
【美容液】50mL(約2ヶ月分)
通常価格 11,000円(税込)
定期特別価格 9,350円(税込)



大人肌も満足
高保湿化粧水

アラヴィータ ヴァイタルローション
【化粧水】150mL(約2ヶ月分)
通常価格 6,380円(税込)
定期特別価格 5,423円(税込)



ハリもツヤも叶える
濃密5-ALA^{※2}クリーム

アラヴィータ ヴァイタルクリーム
【保湿クリーム】30g(約2ヶ月分)
通常価格 13,200円(税込)
定期特別価格 11,220円(税込)

※1 海泥抽出物(洗顔成分)

※2 アミノレプリン酸リン酸(保湿成分)

コールセンターから

今月の
Q & A

敏感肌で花粉アレルギーがある私も使えますか？

ALAVITAは全商品アレルギーテスト及びスティンキングテスト済みですので、敏感肌の方でも安心してご使用いただけます。但し、全てのお肌で問題がないと保証をするものではありません。気になる方はパッチテストをしていただくか、皮膚科専門医へのご相談をおすすめします。

ご注文・お問い合わせ

TEL 0120-392-750

受付時間 9:00~21:00 年中無休

WEB

<https://www.alavita-cosmetics.com/>

