

肌がキレイなら、毎日はずっと楽しい

THE

ALAVITA

vol.12

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



THE ALAVITA BEAUTY VOL.12 2021

THE ALAVITA BEAUTY VOL.12 2021

ALAVITAを紐解く今月の一言

『 オランジェリー (植物園) 』

5-ALAを発酵法で製造するための研究は、約30年前に始まりました。研究所には小さな温室があり、5-ALAが薄く含まれた水を毎日振りかけていたところ、植物がどんどん大きく育つことに気づきました。このことがきっかけで、植物の生育のための5-ALA研究がスタート。5-ALA配合肥料は、今も多くの農家に愛されるベストセラー商品です。

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**

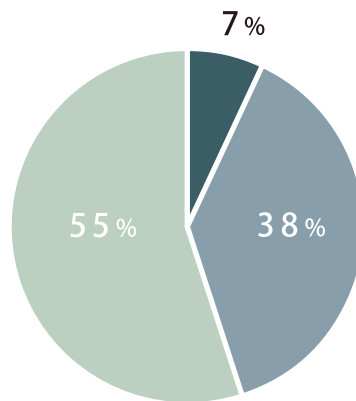
春の新生活"はじめまして"の 肌のために、今できること

就職、転勤、異動や引っ越しなど、なにかと「はじめまして」の多い4月の新生活。
そんな季節へ向けて、今こそ肌のお手入れを強化しませんか？丁寧にケアした素肌は、
新生活を自信を持って迎えられるよう、そっと背中を押してくれるはず。

第一印象の決め手は"見た目"?! 「メラビアンメラビアンの法則」とは？

「メラビアンメラビアンの法則」とは、アメリカの心理学者アルバート・メラビアンが1971年に発表した論文「Silent messages」の研究内容を法則化したもので、人の印象について、「言語」、「視覚」、「聴覚」の情報がそれぞれの程度影響するか調べました。

結果は、多くの方がご存知の通り「視覚」情報が最も影響力が大きく、55%という結果に。「視覚情報」には、顔のつくりや肌の状態に加え、表情やしぐさなども含まれますが、「見た目」が印象を決定づける重要な要素であることが明らかになりました。



言語情報	7%
聴覚情報	38%
視覚情報	55%

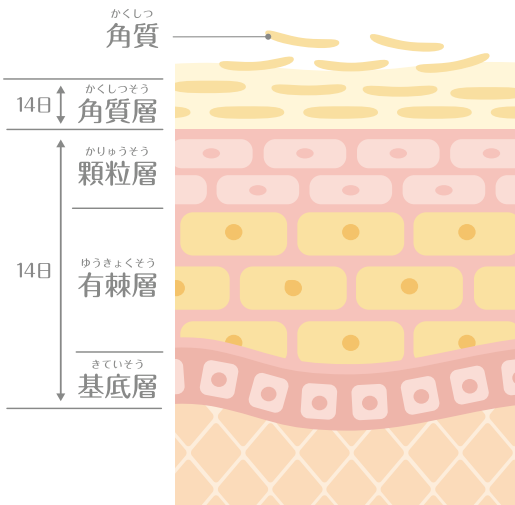
先回り BEAUTY

L

新生活の肌は 今、育てる

肌の生まれ変わりは約28日間。4月の肌は、2月～3月に育った細胞で作られます。新生活に向け、今から丁寧なケアを心がけましょう。

ターンオーバー 約28日サイクル



1. Point

保湿の徹底

1月～2月で湿度が低下していたため、少し気温が上がっても、まだまだ肌は乾燥傾向。肌の乾燥が進行すると、バリア機能が低下し、春のアレルギーシーズンに無防備な状態になることも。ローションやクリームを使って、しっかりと乾燥対策を心がけましょう。

2. Point

入浴の習慣

毎日の入浴習慣は、美容に嬉しい効果がたくさん。血行促進、リラックス、発汗、冷え性改善など。気温が低い季節から、しっかり身体をあたためて、巡りを意識しましょう。入浴後のストレッチもおすすめです。

3. Point

毎日の食事

うるおい肌を作り出すには、内側からのケアも見直しを。スナック菓子や加工肉を頻繁に食べていると、肌荒れを招きやすいので要注意。青魚やナッツ類の脂質は脂肪になりにくく美容に良いとされています。毎日少量でも意識して良質な油分を摂るようにしましょう。

ALAVITA 成分図鑑 vol.12 アカシアセラルガムエキス



■どんな成分？

アカシアの木から抽出したエキスです。化粧品業界では「植物性のコラーゲン」と呼ばれ、その効果が期待されています。

アカシアの木は聖櫃(契約の箱)の材料となった旧約聖書にも記される神秘的な木です。

■どこがすごい？

コラーゲンと同等の作用をもつと言われており、優れたハリ効果と保湿効果が期待できます。

■どのアイテムにはいつてる？

アラヴィータ 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

粉不使用!キャベツの豚ぺい焼き

身近な食品にも含まれている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(2人分)

キャベツ 150~200g程度 豚バラ肉 100g 卵 2~3個 サラダ油 適量
お好みソース・マヨネーズ・削り節・青のり・紅生姜・塩コショウ 適量

作り方

- 1 キャベツは千切りに、豚バラ肉は一口大に切る。卵は解きほぐす。
- 2 フライパンに油を敷き、豚バラ肉の赤みがなくなるまで炒め、キャベツを入れて塩コショウをして火を通す。
- 3 2を一旦、皿に出して、フライパンをふき取り、再び油を敷く。
- 4 混ぜた卵をフライパンに入れる。
卵を半熟程度まで焼いたら、皿に出した具材を戻す。
- 5 卵を半分に折り具材を包んで皿に移し、ソースやマヨネーズをかける。

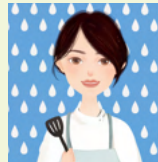
POINT

キャベツは、おおよそ1/4個が目安の分量になります。具材は、もやしやシーフード、チーズなどを入れてアレンジするのもオススメです。

今月の5-ALA食材

キャベツ

5-ALAは食品にも含まれており、キャベツは100gあたり1.3 μ g含有しています。
(ネオファーマージャパン調べ)



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。「品種によって春が旬のキャベツと、冬が旬のものがあり、1年を通して手軽に買えるのが嬉しい食材ですね。」

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 プラスターデュオ
【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

どうしてこんなにいい香りがするの?

ALAVITAシリーズではフランキンセンス*1、ゼラニウム*2、ユーカリ*3、マンダリンオレンジ*4などの良質な天然精油を贅沢にブレンドしています。お肌と心がほぐせるよう、森で深く呼吸するようなりフレッシュ感を実感いただけます。

*1 ニュウコウジュ油、*2 オイテングクアオイ油、*3 ユーカリ葉油、*4 マンダリンオレンジ果皮油
全て着香成分(天然精油)

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/>

