

肌がキレイなら、毎日はずっと楽しい

THE

ALAVITA

vol.19

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 ،أل يمج كدلج ناك اذا .عتم رثكأ نوكي موي لكف ،أل يمج كدلج ناك اذا



THE ALAVITA BEAUTY VOL.19 2022

THE ALAVITA BEAUTY VOL.19 2022

ネオファーマージャパン スタッフから一言

さまざまな可能性を秘めた5-ALAには、製造や研究、商品開発等の分野で活躍する社員がいます。そんな人材の採用や、環境の整備、成長をサポートする施策や制度企画など「緑の下の方たち」で社員をサポートしています！1日の終わりに、プースターデュオの爽やかな香りに包まれながら肌のお手入れをすると、翌日の元気に繋がります！



人事グループ
A.Tさん

CONTENTS

- スタッフから一言
- いま気になるBeauty Topics
- 中東discovery
- 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のQ&A



そのシミの正体は!?

原因別にお手入れ方法をおさらい

ALAVITAのアンケートでもシミは上位に入る肌悩みのひとつ。

シミと呼ばれているものは、一般的に4つの種類に分類されることをご存知でしたか？

自分のシミのタイプを見極めて、お手入れ方法について改めて考えてみましょう！

シミについて知っておきたい基本

「シミ」と呼ばれるものは、肌のターンオーバーが適切に行われなかった結果、外的な刺激によって増えたメラニンが正しく排出されず色素沈着することが原因で現れる症状のこと。シミの種類に関わらず紫外線対策は必須項目ですが、同時にターンオーバーを乱さないことも重要です。

老人性色素斑(日光性黒子)

原因：老化や紫外線の影響で、肌にメラニンが蓄積。
特徴：数mm～数十mmの大きさ、薄茶色から次第に濃く変化する。**最も多く一般的なシミのタイプ。**
位置：頬骨やこめかみの付近にできやすい。

初期の薄いシミであれば**美白化粧品でも対応が可能**。正常な肌であれば、メラニン色素は古い細胞として垢と一緒に剥がれ落ちるところ、表皮は角化細胞の異常によって分厚くなると、剥がれ落ちずにシミやくすみとなって肌表面に残り続けます。**正常なターンオーバーを保つ洗顔や保湿などの毎日のお手入れが重要になります。**

雀卵斑(そばかす)

原因：遺伝的要素でできることが多い。
特徴：小さな薄い茶褐色。1～5mmの大きさで均等に並んでいるのが特徴。
位置：頬や鼻にできやすい。

遺伝的要素が強いので、**美白化粧品での対応が難しい**といわれています。鼻を中心に左右対称に散らばるやや明るい褐色のシミを指し、多くは女性に発症。特に思春期を迎えるころに目立つ傾向があります。紫外線を浴びることで増えたり濃くなったりするので、**基本的な紫外線対策も必要です。**

炎症後色素沈着

原因：ニキビの跡、虫刺され、外傷など過去の炎症。
特徴：外的な要因のため、さまざまな色と形がある。
位置：ニキビのできやすい場所など。

美白化粧品で対応が可能。**刺激しすぎないことが重要**なので肌への刺激を減らすことを心がけましょう。肌の炎症が、皮膚の内側にあるメラノサイトを刺激し、多くのメラニンを生み出させます。**メラニンの生産量が体外へ排出できる量を超えると、メラニンは皮膚内に留まって色素が沈着します。**

肝斑

原因：紫外線の蓄積や老化などによって、**女性ホルモンのバランス**がくずれること。
特徴：淡褐色～濃褐色で左右対称にできる。
位置：頬骨付近、額、あごなど。

美白化粧品と内服薬を使用して薄くなることがあります。女性ホルモンの乱れや皮膚の過度な摩擦が原因と考えられています。厳密な発症理由は明確になってませんが、妊娠や出産、過度なストレスなど、**女性ホルモンが不安定になるタイミング**でできることが多い症状です。

中東discovery



Bluewaters island

ALAVITAのオリジンであるUAE
(アラブ首長国連邦)を中心に中東の
観光スポットや文化をご紹介します

観覧車のアイン・ドバイは世界最大かつ世界で最も高い観覧車として、**2021年秋にオープン**しました。高さは250メートル、48台のゴンドラを有し、1750人以上が一度に搭乗可能で、ドバイの街並みを一望しながら1周38分の贅沢な時間を過ごせます。



キャabinはスタンダードタイプのほか、中央にバーを備えたソーシャルタイプや、2周しながらコース料理も楽しめるプライベートタイプなどから選ぶことができます。

ドバイ・マリーナ (Dubai Marina) の対岸に広がる**ブルーウォーターズ・アイランド (Bluewaters Island)** は居住・店舗・レジャー&エンターテインメント・ホテル・ビーチクラブといった多様なエリアが存在しています。200を超えるコンセプトショップが軒を連ねるライフスタイルデスティネーションで話題になっているのは**世界最大の観覧車**である「**アイン・ドバイ (Ain Dubai)**」。通称: ドバイアイとも呼ばれ、ドバイの最新スポットとして注目されています。



ザ・ビーチ (The Beach) とブルーウォーターズ (Bluewaters) の間を行き来するのに便利なのが、**歩行者道路のリンクブリッジ**です。

ジュメイラ・ビーチ・レジデンス (Jumeirah Beach Residence) からの散歩道は300mにも満たないのですが、ブルーウォーターズへ行くのにおすすめのコースです。



ALAVITA 成分図鑑 vol.19 ニオイテンジクアオイ油*

■ どんな成分？

ニオイテンジクアオイ油*は、ゼラニウムの全草から作られた精油です。

ゼラニウムは200以上の種類がある多年草の植物で、ピンク色の美しい花を咲かせます。ローズに似た香りから「ローズゼラニウム」の別名でも知られています。

■ どこがすごい？

アロマとしてのリフレッシュ・リラックス効果以外に、肌の皮脂バランスを調整する作用があるといわれ、乾燥肌と脂性肌のどちらにも応用ができます。

また、肌にうるおいを与える作用も期待されています。

* 着香成分



体の中からもっとキレイに 5-ALA Recipe

おからパウダーin豆腐チキンナゲット

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(3人分)

豆腐 150g 鶏ささみ 2枚 卵 1個 片栗粉 大2 おからパウダー大1
マヨネーズ大2 おろし生姜・おろしにんにく小1/2ずつ 塩コショウ少々

作り方

- 1 鶏ささみのスジを取り、叩いてミンチにする。
- 2 豆腐をキッチンペーパーで包んで2-3分レンジにかけ、よく水切りする。
- 3 1と2とすべての材料をボールでよく混ぜ合わせる。
- 4 フライパンに油(分量外)を1cm程度の深さまで入れ火にかける。
- 5 3のタネをスプーンで整形しながら油に入れて、両面揚げ焼きにする。

POINT

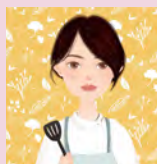
スプーンを2本使して、タネを楕円形にまとめながらフライパンに落とし入れます。この時に厚くならないように、少し平たく形を整えると、比較的にサクとした食感に仕上がります。

今回の5-ALA食材

豆 腐

5-ALAは食品にも含まれており、豆腐は
100gあたり1.0 μg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。「粉物や卵が入るので、激安
レシピです。おからパウダーも大さじ2程度まで
ならモサモサした感じがなく食べられますよ。」

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} アミノレブリン酸リン酸(保湿成分)

☎コールセンターから

ALAVITA

Q & A

定期コースのお届けサイクルはどれくらい？

30日/40日/60日のサイクルからお選びいただけます。
商品はすべて、推奨の使用量でご使用いただいた場合は
約2ヵ月分の分量となっています。お買い忘れないよう、
40日サイクルでのご利用をおすすめしています。

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/>

