

肌がキレイなら、毎日はずっと楽しい

THE

ALAVITA

vol.20

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. 20 2022

THE ALAVITA BEAUTY VOL. 20 2022

ネオファーマージャパン  
スタッフから一言

ALAVITAのキー成分「5-ALA」と出会い、はじめて化粧品分野の仕事にかかわりを持つ事になりました。ALAVITAの事業全体を見渡しつつ、お客様からの声に一喜一憂しながら、より良い商品をより多くのお客様に届けられるか、チームのメンバーと考える日々です。この数年、クレイウォッシュとブースターデュオを愛用していて、男性にもお薦めです！



経営企画部長  
T.I.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

# 乾燥だけじゃない！？ シワの種類をチェックしよう！

年齢と共に深く、多くなる「シワ」。仕方がないこと、と諦めてしまう前にシワは乾燥だけが原因と思われがちですが、シワの種類とその原因を明らかにして少しでも進行を遅らせるなど、早めのケアで対応していきましょう！

## シワについて知っておきたい基本

《肌断面図イメージ》

シワができる原因については、さまざまですが、肌の弾力成分であるコラーゲンやエラスチンが減少することで、肌の弾力・柔軟性が低下することが根本的な理由と考えられています。

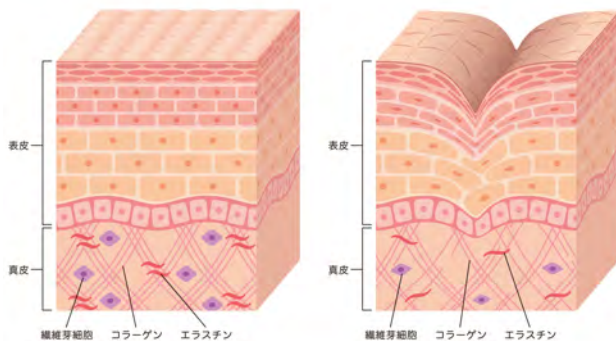
そして、コラーゲンやエラスチンが劣化する原因として、

◆紫外線による真皮や表皮へのダメージ

◆加齢による女性ホルモンの低下

◆乾燥による肌の水分・油分の低下

などが挙げられます。このような原因が重なったり、進行したりすることによって、肌にシワがどんどん増えていくことになります。



### 表皮性シワ(乾燥小ジワ)

**特徴**：表皮、真皮、皮下組織のうち表皮にできたシワのこと。肌の水分、油分が減少し、肌表面が乾燥して、目もと・口もとにできるちりめん状のシワ。放置するとシワの数が増えてつながり、大きくて深いシワになることも。湿度が低い環境では、肌の水分が奪われてしまいがち。乾燥によって肌のキメが乱れて、細かいシワができはじめたら注意です。

**対策**：角質層が厚くなり肌の柔軟性がなくなっていることも、このシワの一因といえます。ハリのある肌を目指して、保湿機能の高いスキンケアを選びましょう。乾燥による肌表面のカサつきからできるシワのため、うるおいで満たすケアが重要です。特に気になる部分には、重点的に保湿パックをするのもおすすめです。

### 表情ジワ(癖ジワ)

**特徴**：表情の癖によって生じたシワ。目尻、口角、眉間などにできやすいのが特徴。ハリのある肌では、表情ジワの跡は肌の弾力によってすぐに元に戻りますが、弾力を失った肌では柔軟性が低く、シワがそのまま跡になってしまいます。肌の乾燥によってできたシワに表情のクセが重なることで深いシワや小ジワが定着してしまいます。

**対策**：眉間にシワを寄せる表情や、笑った際の表情のクセによるシワができやすいでしょう。肌の柔軟性を保つこと、表情の癖を直すことが重要。まずは無意識のうちにしてしまう表情の癖に気をつけましょう。凝り固まった表情筋をほぐすマッサージもおすすめですが、過度な摩擦は逆効果となるので、注意が必要です。

### 真皮性シワ(紫外線ジワ)

**特徴**：紫外線や加齢が原因で、肌の奥深くにあるコラーゲンやエラスチンに悪影響を与えることで、肌の柔軟性や弾性が失われたことによるシワ。進行すると、大きく深いシワになり、重力に負けて皮膚がたるみます。長期的な紫外線ダメージの蓄積は、深いシワを増やす原因となります。

**対策**：紫外線は、シワだけでなく肌の老化にも大きく影響を与えます。毎日のUVケアを欠かさず、サングラス、帽子、日傘なども積極的に活用しましょう。またバランスの取れた食生活にシフトするなど、内側からのケアもおすすめです。紫外線は肌の乾燥だけではなくコラーゲンやエラスチンの減少を招きます。たるみによるシワと、乾燥によるシワの両方が進行することになります。

中東discovery



## animals in the desert

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



その愛くるしいビジュアルから「砂漠の天使」と呼ばれているスナネコをご存知でしょうか?中東などの砂漠地帯に生息しているスナネコは、食肉目ネコ科ネコ属に分類される肉食の猫です。足の周りが厚く長い毛に覆われているのが特徴で、砂漠に足が沈み込むのを防ぎ、高温の砂から肉球を保護する働きをしています。残念ながらペットで飼うことは禁止されていますし、そもそも人には懐きにくい警戒心が強い性格だそうです。

アラビアオリックスは、架空の生き物「ユニコーン」のモデルになったといわれるウシ科オリックス属の草食動物です。主に砂漠地帯や乾燥した平原などに生息し、かつてはイラクやシリア、ヨルダンやイスラエル、シナイ半島や、アラビア半島にも広く分布して、100頭を超える群れをつくることもあったそうです。残念ながら、角や毛皮を目的とした乱獲によって、野生種は1972年に絶滅したと考えられています。飼育下で繁殖した個体をオマーン中央部の砂漠に放し飼いで野生に戻し、現在は1,000頭ほどに回復をしたといわれていますが、密猟が完全になくなることはなく、アラビアオリックスは国際自然保護連合の絶滅危惧種としてレッドリストに指定されています。



## ALAVITA 成分図鑑 vol.20 パルマローザ油



### ■ どんな成分？

イネ科の植物から抽出され、バラと同じ「ゲラニオール」という成分が多く含まれるため、バラの香りに似た性質を持つオイルです。主にインド、トルコ、マダガスカルで盛んに栽培されています。

### ■ どこがすごい？

抗炎症作用に優れているため、あらゆる肌のタイプに合いやすいと言われています。特に保湿効果も高いため、乾燥肌の人にもおすすめな精油です。

# 体の中からもっとキレイに 5-ALA Recipe

## 甘酒と塩昆布のドレッシング

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)

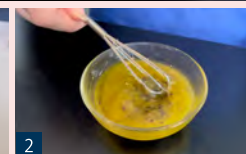
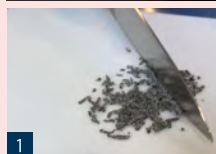
甘酒 大2 オリーブオイル 大2 酢 大1 塩昆布 大2 塩コショウ 適量

### 作り方

- 1 塩昆布を包丁で細かく刻む。
- 2 調味料と刻んだ塩昆布をすべて混ぜる。
- 3 サラダなどの料理にかける。

### POINT

時間が経つと分離するので、よく攪拌してから使ってください。塩昆布の味付けによって、お塩の量を調節してみてください。



### 今回の5-ALA食材

#### 甘 酒

5-ALAは食品にも含まれており、甘酒は100gあたり600μg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。「ドレッシングボトルがあると、材料をボトルに入れてシェイクするだけで便利。冷蔵庫で保存もできて、ゴミも減ります!」

## 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<sup>\*1</sup>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<sup>\*2</sup>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

メイクをしたまま眠っても大丈夫ですか？

肌の上でメイクの汚れが長時間放置されると、汗や皮脂と混ざり合い、雑菌が繁殖しやすい状態に。かゆみ、赤み、炎症等の肌トラブルを引き起こす可能性があります。清潔な肌を保つことはエイジングケアの基本となりますので、メイクは必ず落としてからおやすみください。

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/>

