

肌がキレイなら、毎日をもっと楽しい

THE

ALAVITA

vol.21

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، أليمج كدلج ناك اذا. عتم رثكأ نوكي موي لكف، أليمج كدلج ناك اذا.



THE ALAVITA BEAUTY VOL.21 2023

THE ALAVITA BEAUTY VOL.21 2023

ネオファーマージャパン スタッフから一言

ALAVITAの販促物作成やSNSの更新などを担当しています。SNSやマーケティングの世界は、新しい機能やトレンドが次々に出てくるので、常に勉強が必要です。楽しくもあり大変なポジションですが、ALAVITAのキー成分「5-ALA」をわかりやすい表現で、たくさんの人に知ってもらえるように努力していきたいです。



経営企画部
Y.Sさん

CONTENTS

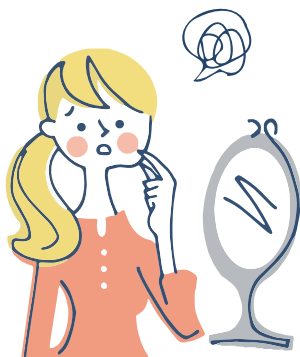
- スタッフから一言
- いま気になるBeauty Topics
- 中東discovery
- ALAVITA成分図鑑
- 体の中からキレイに 5-ALA Recipe
- Line up
- コールセンターからのQ&A

知っておきたい「くすみ」 5つの傾向と対策

肌に含まれているメラニンや毛細血管を流れる血液の色など、さまざまな要素で肌の色は構成されています。そのため「くすみ」の原因は多岐にわたります。特徴と対策を探っていきましょう！

こんなにあった！くすみの原因あれこれ

肌の黄味が増したり、肌のツヤや透明感が減少すること、皮膚表面にできた凹凸によって影ができて肌の印象が暗くなって見えることを一般的に「くすみ」と呼びます。



メラニンタイプ

特徴

摩擦や紫外線により作られたメラニン色素が、肌から排出されずに残って色素沈着が進行した状態。洗顔やクレンジングの際にゴシゴシ洗いをしている人や、紫外線対策をしていない場合になりがち。

対策

UVケア・クレンジングの見直し
肌への摩擦を避ける

血行不良タイプ

特徴

睡眠不足やストレス、運動不足、冷え性などの理由で血流が滞りがちになり、肌が暗くみえている。冷え性・むくみが気になる体質、不眠気みという人は血行不良の傾向アリ。

対策

定期的な運動・毎日の入浴
ホットタオル・スチーマー
マッサージ

乾燥タイプ

特徴

空気の乾燥、加齢などでキメの乱れや肌表面での凹凸ができたことで、光を乱反射するようになり、肌がくすんで見えるタイプ。

乾燥した季節に、肌が粉をふいたようになる人は要注意！！

対策

室内の湿度管理
保湿中心のスキンケア
マスク・パック

糖化タイプ

特徴

糖質が蓄積することで、タンパク質と結びつきAGEs(最終糖化生成物)を作り出します。AGEsは黄褐色なので、増加すると黄ぐすみ傾向の肌色に進行します。肌が黄色味がかってきた人は、このタイプかも！？

対策

糖質を摂りすぎない
ビタミンA、C、E、ポリフェノール、
カロテノイドを摂る

角質タイプ

特徴

肘・膝・かかとに多くみられ、グレーがかっている場合が多い。ターンオーバーが遅くなっているため、肌がごわごわしている。はがれるべき角質が肥厚することで、透明感が損なわれて、くすんだ状態。

対策

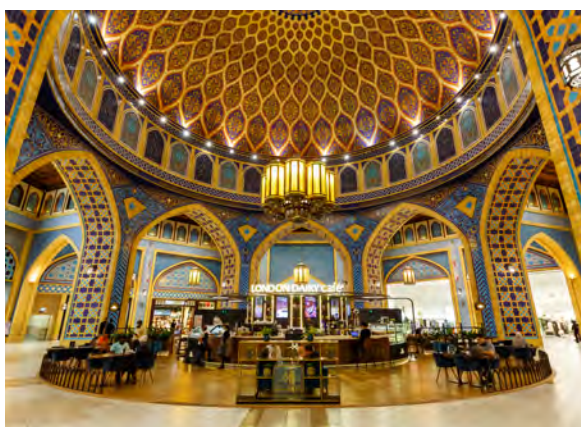
ピーリング
スクラブ
質の良い睡眠

中東discovery



Shopping Malls

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



Ibn Battuta Mall (イブン・バトゥータ・モール)

モロッコの探検家イブン・バトゥータが巡った世界の土地をテーマにしたモールです。セクションごとに、エジプト、チュニジア、アンダルシア、ベルシャ、インド、中国のそれぞれの国の建物の特色を活かした造りになっていて、モール内を見て歩くだけでも興味深いことでしょう！そのうえ、270以上のショップ、約50のレストラン、映画館なども有しています。世界一美しいスターバックスが入っているモールとしても有名です。

THE DUBAI MALL (ドバイモール)

ドバイ観光客が一度は訪れたい**世界最大級のショッピングモール**。1300以上もの店舗が入り、年間8000万人以上が訪れています。水族館やスケート場などの施設も入っており、1日中滞在しても飽きない観光スポットです。なかでも**ドバイ水族館 (Dubai Aquarium)**は、およそ1,000万リットルのアクアリウムが世界最大の水槽としてギネスに登録されており必見です。この水槽はモールに面しているため、水族館に入場しなくても、ショッピングに訪れた人々が自由に眺めることができます。



Mall of the Emirates (モール・オブ・ジ・エミレーツ)

630以上の店舗、100以上のレストランとカフェに加え、5つ星ホテル「シェラトン・モール・オブ・ジ・エミレーツ・ホテル・ドバイ」、**世界最大の屋内スキー場**や映画館などが併設されているショッピングモール。屋内スキー場は、広さ22500平方メートル、最長滑走距離400メートルで、リフトもあり、スキーやスノーボード、ソリなどの雪遊びも楽しむことができます。日本のテレビでも紹介されることが多いので、見たことがある人も多いのでは？



ALAVITA 成分図鑑 vol.21 チョウジつぼみ油

■ どんな成分？



フトモモ科の熱帯性常緑樹であるチョウジノキから抽出されるオイルです。チョウジノキはインドネシアのモルッカ諸島が原産だといわれています。古くから香辛料や生薬として使用され、スパイシーな香りが特徴です。

■ どこがすごい？

チョウジには「オイゲノール」という成分が含まれており、殺菌・鎮静作用に優れています。歯痛の局部麻酔薬や様々な天然保存料としても私たちの生活の中で使用されています。

体の中からもっとキレイに
5-ALA Recipe

豚肉とレンコンの黒酢炒め

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)

豚肉 200g レンコン 120g 片栗粉 大1 かいわれ大根 お好みで
☆黒酢 大2 ☆しょう油 大1 ☆酒 大1 ☆水 大1 ☆砂糖 小1

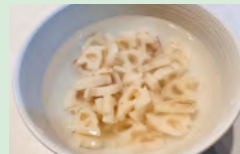
作り方

【下準備】レンコンの皮をむいて6mm厚の半月切りか銀杏切りにして、5分程度酢水にさらして、水気を拭いておく。豚肉は下味用に塩少々と酒大さじ1(分量外)を揉みこみ、片栗粉を薄くまぶしておく。

- 1 フライパンに油を敷いてレンコンを炒める。
油がまわったら、いったん取り出す。
- 2 フライパンに油を足して、豚肉を炒める。
焼き色がついたら、レンコンを戻し入れる。
- 3 ☆をすべて合わせて入れて、汁気がなくなるまで炒める。
- 4 かいわれ大根などを添えて盛付けたら完成。

POINT

豚肉はこま肉やバラ肉などでOK。今回は薄切りのもも肉を使用しました。炒め料理なので、レンコンは一節目を使うとシャキシャキ感があっておすすめ!



今回の5-ALA食材

黒酢

5-ALAは食品にも含まれており、黒酢は100gあたり150μg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。「黒酢の香りって、食欲をそそりますよね! アミノ酸やビタミンなどの栄養素も豊富なのが特徴です☆」

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^{※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

乾燥が気になる時の対策方法は?

アラヴィータ ヴァイタルローションを使ったコットンパックがオススメです。洗顔後、ブースターデュオで整えた肌に、ヴァイタルローションをたっぷり含ませたコットンを5~10分程度のせましましょう。最後にヴァイタルクリームで仕上げれば、いつもより少しリッチな保湿ケアになります!

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/>

