

「かわら版」

第125号

<発行>
株式会社リヤベ住建
046-267-8270



『肌をボロボロにするNGスキンケア』

美しくなるはずのスキンケアが肌のダメージになっていくとしたり…。

いつの間にか老けこんでいるなんて怖いですね。二度とやっちはいけない、絶対NGなスキンケアを4つご紹介します。毎日の美容習慣が「汚肌」の原因になっていないか、チェックしてみましょう。

■1…有名ブランドの化粧品だから使用

化粧品を選ぶ時、人はどうしても広告やブランドイメージに左右されがち。

化粧品選びの一番のポイントは、肌の悩みに有効な成分がどのくらいの濃度で含まれているかということに尽きます。ちなみに化粧品の成分表示に人工香料、着色料、アルコール(エタノール)などが入っている化粧品は、肌荒れをしている人や敏感肌の人は避けたほうが無難です。一方、無添加の化粧品は早めに使い切るようにしましょう。

■2…クレンジングシートでこすり拭き
皮膚をこすったり叩いたりして刺激を与えると、シミができてしまいます。



化粧をふき取って落とす際も皮膚を強くこすりの過ぎるのも禁物。

特にアイメイクをふき取りシートで落とす間のある人は、要注意。目の皮膚は薄くて乾燥しやすいので、段々と目元が黒ずんでくることがあります。つい、「ゴシゴシこすってしまいがちですが、肌を傷つけてしまうのは怖いですね。

■3…顔のマッサージに気合が入り過ぎ
気になる頬のたるみや二重アゴ、つい手で強く引っ張り上げていませんか？

どんなに引き上げても重力には勝てません。それどころか、弾力を失ったコラーゲン線維は無理に引っ張ることで伸びたり切れたりして、よけいにたるんでしまう可能性も。もちろん正しい方法でのマッサージやツボ押しは良いのですが、やみくもに力を入れてマッサージしないことが大切なようです。

■4…ニキビができたから洗顔回数を増やす
シミのもととなりやすいニキビも、間違ったケアが命取りになるそうです。

ニキビができる時、毛穴の汚れが原因と考えると、毛穴のより洗顔回数を増やしたり、ニキビに栄養を与えないようにと洗顔後の保湿ケアを控える人がいますが、これは逆効果。確かに肌は清潔さを保つ必要があるのですが、洗すぎると、肌に必要な水分や皮脂も取りすぎてしまうことに。皮膚が乾くと毛穴の出口の角質が厚みを増し、毛穴が詰まってニキビを誘発してしまいます。ニキビがある時は油分の多いクリーム類は控え、保湿力の高い美容液などで水分を補給するのが正解です。



「汚れは全部落とさないと」と一生懸命クレンジングしたり、勢よく美顔ローラをかいたり…。肌には何のメリットもないばかりか、ひどいダメージを残すことにもつながりかねないのです。注意してくださいね。

今月のレシピ 『かぼちゃとベーコンの和風煮』(2人分)



- ◆材料 ベーコン 2枚、 かぼちゃ 300g (A) しょうゆ 大さじ1、 みりん 大さじ1 水 2カップ

◆作り方:

- ① ベーコンは1枚を3つくらいに切り、かぼちゃはひと口大に角切りにし、面取りをして、皮をところどころむく
- ② 鍋に①を入れ、(A)とひたひたの水を加えて紙蓋をし、柔らかくなるまで20分くらい煮る

『しっかり、洗ったつもりが逆効果!?

ありがちな洗濯の間違い8つ』その4

◇ ジッパーやホックを閉めていない

ジッパー付きの服は、しっかりジッパーを上まで閉めてから洗濯をするようにして。中途半端に途中まで閉めてあると、洗濯中に遠心力がかかり壊れやすくなってしまいます。また、金属のツメは洗濯中にデリケートな素材の服や、編み目に引っかかり服を傷つけてしまいます。特に他の服に引っかかりやすいスパンコールや飾りがついた服は裏返してネットに入れて洗濯するようにしましょう。

地元工務店の相談会 “基準が見えにくい住宅の不安や疑問を解決！”

◇新築◇

- ・今の収入で新築住宅は建てられるの？(ムリのない資金計画の提案)
- ・ローンの組み方について詳しく知りたい
- ・損をしない良い土地の探し方お手伝い、建て替え、住み替え、二世帯住宅
- ・使い勝手のいい間取りにしたい
- ・耐震性の問題、省エネ問題、ZEH(ゼッチ)に関すること
- ・補助金について

◇リフォーム(リノベーション)全般◇

- ・増改築、外壁/屋根、水回り(キッチン/お風呂/トイレ)、バリアフリー化、住まいの点検、他

◇建替えかリフォームで迷っている

抱えている問題を快適で理想的な暮らしに変えるための相談会です。お家のことならお任せください！経験豊富なスタッフが必ず良い家づくりのご提案を致します。一緒に解決していきましょう。まずは気になることからお話しください。

(毎週土曜日開催 10時～15時 要予約)

予約制になっておりますのでお電話、メールでご連絡ください。日時を決めさせていただきます。Tel: 046-267-8270 e-mail: toriken7@jcom.home.ne.jp (担当:北)



【 施 工 事 例 】

《神奈川県 S 校床改修工事》

昨年、付属幼稚園舎の屋根改修工事をさせて頂きました。今回は本校舎床改修工事の依頼を受け、この夏休みを利用して7月上旬から8月末の予定で、5教室の改修工事進行中です。床材はビニール系から体にやさしい無垢フローリングに改修されます。



教室現況



床組解体 1



床組解体 2



床束破碎



防湿土間コンクリート打設



木炭塗布
(防蟻・カビ防止)

《海老名市 H 様邸玄関ドア改修工事》

長年お付き合いのある H 様ですが、この度、木製玄関ドアから断熱木目調のドアに改修しました。

ビフォー



アフター



『スキルアップ研修会』



横浜スーパーウォール会では今期から2ヶ月に一度、「スキルアップ研修会」を開いています。7月に行われた研修では、「制震テープ」などなど。

制震テープは、ビル用制震装置で使用されている粘弾性体を木造住宅で使えるようにテープ状に加工されたものです。地震エネルギーを、テープの中の粘弾性体が熱エネルギーに変換し、空气中に逃がすことで、建物にダメージを与える地震エネルギーを小さくします。

弊社では、「耐震等級3+制震テープ」を標準とした家づくりをお客様にご提案させて頂いております。

http://www.lixil.co.jp/lineup/construction_method/ss_pv/



◆子どもトリヤベ住建では水まわり、外壁・塗装工事、屋根工事、網戸の張替え、庭先の改修工事、防音工事、白アリ駆除リフォーム全般、新築。に関するお家のことなら何でもご相談に応じます。お気軽にお声をおかけ下さい。また、当社ホームページからでもお問い合わせができますので是非ご利用ください。



アビエクラブ

株式会社

トリヤベ住建

046-267-8270

大和市福田 662-8



QRコードで
読み取ってね!