

『大地の恵みの薬箱』

☆ニュースレター Vol.8

美しくなりたいと思うことと 幸せでいたいと望むことは 女性にとって同じだと思うのです。

肌の調子が悪くて、お化粧のノリがイマイチだと、なんだか気乗りがしない。 出かけるのが嫌だな。なんて思うのです。 逆に、髪型がキマったり、肌がツヤツヤした日には、誰かに会いたくなる。 そしてジッ~と、みつめられたいと思って

女はそうゆう生き物だと、思うのです。

では、綺麗になるにはどうしたらいいので しょうか?

はい!

します。

まずは、美しくなる自分を、想像して楽しむことです。

頑張りすぎないほうがいい。

美容が趣味よ!って言えるぐらいが、ちょ うどいい。

美しは、人に見せるだけでなく 自分の心の奥にあるマインドや感情を 大きく揺さぶる女の活力源なのです。

ぜひ、美しさを自分の武器にして、あなたのクオリティオブライフに役立てていただきたいと願います。

さて、先日**『2016イイオンナオー タムフェス』**が行われました。おかげさ まで、このような美容イベントが今回で 11回目になりました。

こうして開催させていただけるのも、皆様 のサポートがあってのことと思い、心から 感 謝 申 し 上 げ ま す 。



このイベントにはスタッフ一同の思いが こもっております。少しでも日頃の感謝 の気持ちが届きますようにと、企画を盛 りだくさんに考えて、準備し、お迎えさ せていただきました!

当日は、ハズレなしの豪華商品の当たる 抽選会では、皆様がわぁ~っ!と歓声が 湧き上がるなど、喜びの笑顔で賑わいま した。

また、二部の講演会のお話の中では、 年齢とともに代謝が遅くなり、美しさは 否が応でも**劣化**していくのです。 そんなエイジングケアを普段のちょっと した工夫で緩やかに遅らせることができ るように、これから皆様が知っているこ とで、<u>5年10年と経った時に、大きな</u> 差が出るような普段の美容に役立ててい





<u>ただけるよう内容をお伝えさせていただ</u> <u>きました。</u>

そんな講演の中で使用した3つの動画を 今回、ご覧いただけるようにQRコードを ご準備しました!

この、断然見た目年齢に差がつく3つの テクニックを身につけて美しさを手に入 れてください!

『ローションの正しいつけかた、コットン使い』

https://youtu.be/0wk5puV0CI4



『美容家が教える、くすみ、たるみ防止、3分でデキるマッサージテクニック』

https://youtu.be/YECAuxUkmXg



『UVクリームで効果的に肌を守るテ クニック』

https://youtu.be/EFcg7ICNFTI



この動画配信を是非ご覧いただき、皆様 の美容に役立てていただけましたら幸い です。

大人気キャンペーン! 今回はセルナージュコ ンク

バラ売り30袋 8,000円(税別)



お得なおまとめ買い

90袋 25%オフ

18,000 円 (税別・送料無料) (1袋200円)

60袋 20%オフ

12,800円(税別・送料 500円) (1袋あたり213円)

お試し

30袋 10%オフ 7,200円 (1袋あたり240円)

(税别·送料 500 円)



手作りアロマでクリスマスを

楽しもう♪

クリスマスの香りというと、みなさんはどんな香り を想像されますか?



- 甘い香り
- ・華やいだ香水の香り
- ・シナモンの香り
- ·あたたかな香り

今回は、クリスマスにまつわる香りのお話をさせていただきます。

クリスマスとは、キリスト教でお祝いされるイエスキリストの生誕のお祭りです。今から2000年ほど前、イエス・キリストが誕生すると3人の博士が駆けつけました。そのときに携えた宝物は3つ、ひとつは黄金です。これはこの世の王様をあらわしているそうです。もうひとつは乳香(にゅうこう)で、救い主をあらわします。最後のひとつは没薬(もつやく)で、医師をあらわします。

<u>これがクリスマスプレゼントの起源ともいわれるそ</u> うです。

実は、そんな新約聖書にでてくる<u>乳香(フランキンセンス)と没薬(ミルラ)は、アロマテラピーの精油として現代もわたしたちは使用することができるのです。</u>

イエス・キリストの生誕の頃から精油(香油)はた

いへん貴重で高価なものだったのです。当時はからだに塗ったり、お客様を迎え入れる時に使ったり、また、死者を葬るときに使ったりしました。 ミルラやフランキンセンスは古代エジプトで「ミイラ」作りに防腐剤として使われていたことはよく知られています。



また、日本では、あまりなじみがないかもしれませんが、ヨーロッパではクリスマスが近づくと、街のあちこちで「香り玉」とも呼ばれる、**オレンジポ**マンダーを見かけるようになります。

これは、ヨーロッパの家庭に古くから伝わるお守りのようなもので、家族みんなが健やかに過ごせるように…という願いを込めて手づくりされているものだそうです。

ボツボツとした表面に、コロンとまるい不思議なフォルム。

この正体はいったい、何だと思いますか?



それは、フレッシュなオレンジと、香辛料として 知られるクローブ(丁子)です。

オレンジの果皮に殺菌、抗菌効果の高いクローブをびっしりと刺し、シナモンパウダーをまぶし、 1ヵ月ほど乾燥させて作ります。飾っておくと、柑橘の爽やかな香りとクローブやシナモンのスパイシーで温かい香りがお部屋いっぱいに広がり、幸せな気持ちにさせてくれます。 放っておけば傷んでしまうフルーツが腐らないのは、果皮に刺さったクローブが持つ植物のちからのおかげ。 果実の水分を吸い上げ、腐らせずにしっかり乾燥させてくれるのです。

アロマテラピーでは、沈みこんだ気持ちをやさし く押し上げ自信を取り戻すためにクローブが用い られます。

飾っている時にもオレンジとスパイスの混ざった 甘い香りを楽しめますが、つくっている間のアロマ効果も魅力のうち。クローブを刺すたびに部 屋中に温かみのある香りが広がります。

ぜひ、クリスマスムードの高まる今の時期にアロマの香りを楽しみながらオレンジポマンダー作りに挑戦してみませんか?

- ・家ではなかなか材料が揃えにくい・・・
- ・作り方が分からないし、1 人で作るのは不安

そんなあなたは、手ぶらでOK!

1dayレッスンへ!

- ★クリスマスの香りオレンジポマンダー作り 11月17日(木) 11:00~13:30(軽食付) 受講料 ¥3,500
- ★お出かけシーズンに大活躍!練り香水作り 11月22日(金)11:00~12:30
- ★アロマが香る紙粘土オーナメント作り 12月2日(金)11:00~12:30 受講料 ¥1.000

11月、12月はオレンジポマンダー作りをはじめ、クリスマスにお正月準備にピッタリなクラフトレッスンを開講します。

詳しくはクラフトレッスンスケジュールをご 覧ください。

ご予約・お問合せは

アロマライセンスカレッジ大阪校 大津まで お電話下さい! (072-878-0110) 直通 (080-8314-1308)

今月の香りのプレゼント♪

ニュースレターに同封の**香りのシート**で大地の恵み の香りをあなたにお届けします。

アロマセラピスト Sayaka が選ぶ 今月の大地の恵みの香り

~フランキンセンス~



ウッディーでスパイシーの中にかすかな甘みがあり 澄み渡るような神聖で上品な香りは 心を穏やかにしてくれます

フランキンセンスは、紀元前から神への捧げものや瞑想、 心身の浄化、医療、美容などさまざまな用途に使われてき た貴重なものでした。黄金なみに高価であったとされ、イ エス・キリストが誕生した際に、東方の三博士がフランキ ンセンス(乳香)とミルラ(没薬)と金を捧げたエピソー ドが新約聖書に記されています。

ココロへのアプローチ

フランキンセンスは古来から瞑想によく用いられていることからもわかるように、鎮静作用があり緊張・不安・イラ つきなど心の乱れや感情の波を落ち着かせてくれます。激しい緊張やショックによるパニック状態の時にも有効です。

カラダへのアプローチ

フランキンセンスは肌のアンチエイジングに適した精油であると言われています。古来より「若返りの精油」と呼ばれており、古代エジプト人は若返りのパックとして使用していたそうです。

- ・肌を若返らせる。しわ、たるみ、老化肌に
- ・あかぎれなど傷の回復を早める
- ・呼吸器系の不調やトラブル
- ・風邪の症状を和らげる



香りのシートを取りだし、香りをお楽しみ下さい。 フランキンセンス香りは<u>呼吸を落ち着かせ、心を平穏に和ませてくれます。</u>また、目を閉じて深呼吸しながら瞑想すると、直観力を高め深いリラクゼーションをもたらします。

1day アロマクラフトレッスンレポート





10月12日の1 day アロマクラフトレッスンは

ハーブティンクチャー作りました♪

ハーブ成分をアルコールで抽出して作るティンクチャーは

そのまま飲用したり、化粧水やヘアトニックなどの手作りコスメや入浴剤、 うがい薬など幅広い用途に使えます。

アルコールを使うため、水溶性と脂溶性両方の成分を抽出でき、長期保存できるメリットがあります。

1度作ると1年ほど保存が可能となります。

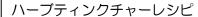
今回は万能ハーブの、ジャーマンカモミールのティンクチャーと

ローズ、ローズヒップ、ハイビスカス、オレンジブロッサムで美肌ティンクチャーを作りました。

美肌ティンクチャーはローズヒップやハイビスカスのピンク色になり見た

目にも美しく、

そのままインテリアにもなりそうです♪ 1ヶ月ほどかけて、アルコールにハーブの 成分を抽出します。



(材料)

- お好みのドライハーブ 15g
- ・ホワイトリカーor ウォッカ 200ml
- ・ガラス保存容器

(作り方)

1:用意したドライハーブをガラス容器に入れる

2:その中にウォッカを注ぐ。蓋を閉めて容器を振り、しっ

かりハーブとウォッカを馴染ませる

3:日光が当たらない冷暗所で1ヶ月保管する

※保管している間は毎日容器を振って中身を混ぜること!

4:1ヶ月後、中身を濾したらチンキの完成♪密閉容器に入

れておきましょう

★使い方

飲用する→チンキ数滴をハーブティや水に入れて飲みます。

ハーバルバスにする→お湯に数滴混ぜます

湿布する→チンキや水やお湯で 4~10 倍に薄め、湿布したり パックに利用します。

手作りコスメに混ぜる→ローションの材料として使用します。 うがいに使う→コップ 1 杯の水にチンキを数滴混ぜて、うがい します。

クラフトレッスンの様子は、Facebook でも随時更新中♪「アロマライセンスカレッジ大阪校」で検索下さい♪

(新)会員制度のご案内

新たな会員制度ができました!商品購入金額に応じてステージを設定!様々な特典をご用意しております(^^)

4つのお得な特典(ステージごとに特典が異なります)

- 1、いつでも割引き価格でのご購入が可能となります (最大20%オフ)
- 2、ニュースレターをご自宅へ毎月送付!(会員様のみのお得なキャンペーンが掲載されます)
- 3、いつでも送料無料(プラチナ会員様以上)
- 4、イベント無料ご招待(プラチナ会員様以上)

	どんどん <mark>お得になります!!</mark>				
割引率		どんと へ 5%オフ	10%オフ	15%オフ	20%オフ
会員ステージ	ニュースレター会員	シルバー会員	ゴールド会員	プラチナ会員	VIP会員
1年間の購入金額	5万円未満	5万円以上	10万円以上	20万円以上	40万円以上
ニュースレターの配信	毎月	毎月	毎月	毎月	毎月
送料	通常	通常	通常	いつでも無料	いつでも無料
イベント	会員様ご優待価格	会員様ご優待価格	会員様ご優待価格	無料ご招待(ご本人様) 同伴者様半額割引き	無料ご招待(2名様) 同伴者様1名様無料

※通常送料 500円 (1回につき5000円以上で無料)

※割引はキャンペーン商品との併用は不可となります



美人習慣学院『美は1日にしてならず』は『美しいを創る習慣』メソッドとして

見た目の若さや、綺麗を追求したり若返りの即効性を求めて、一様にパターン化した美への執着ではなくもっと、内面から滲む美しさをテーマにそれぞれの暮らしや、日々のシンプルな習慣が美を実現するのだと考えて、皆様にメールにてお伝えしております。 人は、朝起きてから、音を聞き分けたり知覚から取捨選択も無自覚な選択もすべて合わせて、1日9万回もの選択をしていると言われています。私たちは毎日これだけたくさんのことを選んでいるのです。

そんな1日の選択の中で『美しいを創る習慣』メソッドを知ってほぼ無意識に、それらを選ぶことができればとても自然に基準の 高い美しさを手に入れることができます。ぜひ、ご登録をお待ちしております。

Miwaikehata 美人習慣学院 メールマガジンにご登録ください♪

- ① 毎日の心がけや習慣創りについて、週に一度メールにてお届けしてまいります。
- ② お得情報などメルマガ会員様限定の様々な特典があります。
 - セロトニンアップ! アロマエッセンシャルバスオイルのプレゼント!
 - アロマオイル美容液のサンプル
 - ・分かりやすいテクニック動画の配信
- ③ 1年間、無料で通信カウンセリングをご活用していただけます。

もっとお肌の変化を見て欲しいという方にはお肌の通信カウンセリングシートにお答えいただきましたら Miwaikehata よりお返事をいたします。日々のお肌をきちんと管理し自分だけのお肌のカウンセラーをつけてお肌を美しく導いていく通信カウンセリングをぜひご活用下さい。

美人習慣学院 メルマガ登録方法 はこちら!



Miwaikehata 公式ホームページより登録

miwaikehata.com を検索

- →Miwaikehata 公式ホームページの「美人習慣学院メルマガは こちら!」をクリック!
- →メールマガジン登録画面へ進む

PC メールアドレス、お名前、生年月日をご登録ください。

QR コードで登録

上記のQRコードを読み取ります →メールマガジン登録画面が出ます PCメールアドレス、お名前、生年月 日をご登録ください。



ご登録 お待ちして おります!