

美しい素肌のためのスキンケア情報誌

Genteeel

Xmas プレゼントキャンペーン 平成23年12月1日～12月26日

ジェンティール・オリジナル ”風で織る”「究極のタオル」

ジェンティール製品8000円以上
お買い上げの方にもれなく一枚、
シルクのような光沢とソフトな肌触りで、
一度使えば必ず何枚も欲しくなる
ジェンティール・オリジナル
「究極のタオル」(非売品)プレゼント

一年の感謝の気持ちと
こだわりをギッシリ詰めこみました。

非常識なほどソフトなこの「究極のタオル」があれば、
毎日のバスタイムが2倍楽しくなります。
冬のおこもり美容のアイテムにぜひどうぞ。
詳しくは4面へ。

わあ
ふわっふわなタオル
おしそお〜



対象：ご注文1回につき8,000円(税込)以上お買い上げの方全員。期間：2011年12月26日ご注文分まで

*数量は十分にご用意しておりますが、万一品切れの場合には代替品をお送りいたします。

冷え対策していますか？

女性の方で健康のために取り入れている方が多いのが『冷え取り』です。

気温が下がっていて体が冷えるのは当たり前ですが、ある程度の過ごしやすい温度があっても冷えを感じるなどの症状が冷え症にあたります。

冷えがあると血巡りが悪くなり、必要な栄養や酸素も届かなくなります。そして栄養だけでなく、いらなくなった老廃物を運んでくれるという作業もしづらくなってしまいます。

体温が1℃下がると・・・

- ・免疫力は30%低下
- ・基礎代謝は12%低下
- ・体内酵素の動きは50%低下するといわれ、

温かく保つ秘訣は「三つの首」

三つの首とは、『首』『手首』『足首』。

特に気をつけたいのは、頭を支えている『首』

首周りは、体の中でも最も寒さを感じ、首は頭を支えているために筋肉が緊張していて血液の流れが悪くなりやすい箇所です。

反対に1℃上がると・・・

- ・免疫力は5～6倍になり
- ・基礎代謝は12%アップ
- ・体内酵素もスムーズになるといわれています。



冷えがあると血行が悪くなる、そうなれば当然肌まで栄養が届かなくなりますから、肌のターンオーバーがどんどん遅れてしまい、顔のくすみ、シミの定着につながりますし、皮膚のバリアゾーンがもろくなっていきます。

そう、だから「冷えと乾燥」はワンセットになってしまいうのでしょう。でも放っておくわけにはいかないですから、できることから冷え対策を行ってください。

寒さを感じたら、スカーフ・マフラーなどを使い首の後ろ側を温めるように心がけましょう。

特に冷え症の人は、冷えてしまうと、温まるまでに時間がかかるので『首』『手首』『足首』を温めることを常に意識しましょうね。



身体の芯から温まる！ほっこり、部分浴



《半身浴》

肩まで湯船に浸かるのではなく、みぞおちの辺りまでお湯に浸かり、少し温めの温度にゆっくり入浴するというのが半身浴です。

また、腰までを湯に浸かる入浴方法は「腰浴」と呼ばれています。

半身浴がへそより上、胸より下までのラインという汎用性がある入浴方法なのに対して、腰浴は、上半身は湯に入



らないという入浴スタイルです。

下半身だけ入浴という意味では、腰浴も半身浴のひとつと言えるでしょう。

「頭寒足熱」という言葉が昔からあるように、半身浴は足（下半身）を温めても頭を必要以上に温めるものではないという理想的な姿を実現する入浴方法です。

湯船に肩まで浸かる「全身浴（ぜんしんよく）」に比べると、水圧を受けにくい分心臓などの内臓にかかる負担が軽減されるので、体力のない時や入浴で体力を消耗するのを避けたい人に最適な入浴方法と言えるでしょう。

半身浴の効果

血行改善効果：

半身浴には、血液の流れを活発にして、体を温めるという効果があります。

その効果により体調の改善が望める症状には、冷え性、頭痛、肩こりがあります。

リラクゼーション効果：

半身浴はゆっくり時間をかけて入らなくては効果がないので、体と心を休める時間としても大変効果的です。

半身浴をすることによって副交感神経が動き、緊張状態が解けて、リラックス効果も抜群です。

ダイエット効果：

半身浴をして血行が良くなると、新陳代謝も活発になって、体に脂肪が溜めにくい体質への改善が期待できます。

要するに太りにくい体質へ体を変えられるということで、ダイエット効果もあるということですね。

美肌効果：

半身浴で血液の循環が良くなると、体の中に溜まった老廃物や毛穴の汚れが汗とともに体の外に排出されます。

最近流行のデトックス（毒出し）にも半身浴は効果的と言われています。

半身浴は時間に余裕がある時にゆっくりと入るのがおすすめですが、忙しいとなかなかそんな時間も取りにくいですね。そんな時には・・・

手足には冷えやストレスに関するツボがたくさんあり、血管がたくさん通っている場所なので、足浴・手浴をするだけでも体全体が温まります。

《足浴》

1) 両足が入るサイズのバケツなどに、少しだけ熱めに感じる程度のお湯を入れます。(40度程度がオススメ) お湯の量は、くるぶしがつかくらいです。

2) 15分~20分程度足をつけておきますが、冬場はすぐにお湯がぬるくなってしまうので、

途中で差し湯をするなどの工夫をすると快適です。

3) 足湯を終えるときに冷水を足にかけると、保温効果が高まります。

自然のもの(塩・乾燥させたみかんの皮・しょうがの皮など)を入れるのもおすすめです。



《手浴》

足浴ばかりでなく、手浴でも簡単に体を温めることができます。

洗面器などにやや熱めのお湯を入れた後、両手を手首の上までつけて10分間置いて下さい。

手には多くのツボがあり、手のひらをもみほぐしながら行うと効果的です。



ポイントは・・・

手浴を終えてから、必ず乾いたタオルで手をくるみ、熱が体全体に行きわたってからタオルを取り除くこと。

身体ポカポカ！お肌スベスベ！バスソルト

バスソルトは、その名の通りお風呂で入浴剤代わりに使用する塩です。

天然の塩から作られたもので、ミネラル分を豊富に含んでいるため、化学物質がふんだんに含まれている通常の入浴剤よりも肌に良いと言われています。

バスソルトの効能は「保温効果」に加え「美肌効果」や「保湿効果」などが挙げられます。

「肌がすべすべになった」という効果や「肌が引き締まった」、「冷え性が改善された」、「ボディラインが綺麗になった」など、美容だけでなくダイエット効果を感じてい

る人も多くいらっしゃるようです。

バスソルトは天然の塩を使用しているので、自分で作ることも可能です。

簡単バスソルトの作り方 (半身浴用レシピ)

岩塩：大さじ1~2

ビューティーオイル：5滴

お好みで精油を数滴
(最大で4滴まで)

※オイルで足をすべらせないように注意してください。



美しい肌を守る湿度は、40~60%

ご存知のように、肌の乾燥の状態は、湿度にも直接影響を受けます。当然のことながら、自分が長く時間を過ごす部屋の空気の湿度がどのくらいかということが、もろに肌の状態に作用するのです。

昼間は、いろいろな場所へ移動することが多いにしても、特に夜、寝ながら数時間を過ごす寝室の空気がカラカラだとしたら、それは肌にとっては大変な負担です。

「冬の朝は特にね、目が覚めたら、のどはヒリヒリ、顔はバリバリ、くちびるなんて皮がむけたり割れたして血が出ることもあるのよ。どうしよう・・・」と悩んでいた友人がいました。

部屋の湿度が、50%を中心に、40%~60%の間にあるとき、からだは最も快適でいられます。

そして、その範囲をずれていくと、途端にいろいろな(なかでも肌にとっての)居心地の悪さが始まります。実はそのことを知り、ちょっと意識の片隅にとめておくだけで、日常の部屋の居心地がぐっと違ってきます。

部屋の湿度が40%以下になると、肌の乾燥を実感するようになります。30%以下が何時間も続くと、人によっては、肌がひりひりし始めるぐらいの乾燥具合です。

皮膚にかゆみが出たり、風邪を引き易くなったりします。これでは、どんなに保湿成分が豊かだという高価な化粧品を使ったところで、肌の乾燥を止めることは不可能でしょう。

逆に、湿度が70%を超えると、むしむしじんわりとした湿気を肌を感じ始めます。

肌にとっては、乾燥にくらべるとそんなに厳しい状態ではないのですが、汗が蒸発しにくくなり、えりの後ろ側やそで口などの、衣服の汚れが目立ち始めます。

また、部屋の中で、かびなどの心配もしなければならなくなることができます。

湿度計を見て、「あ、35%だ、ちょっと低すぎるから40%まで湿度をあげよう」と思ったときは、部屋の中の植物の鉢に水をやったり、部屋の中のタオルラックに濡れタオルをかけたたりすれば調節できます。

でも、そんなことは面倒だということでしたら、頃合いをみて加湿器を使うのでも、もちろんいいのです。

少しだけ意識して、調節するだけで、家中どの部屋も40%から60%の間に保つというのは、慣れてしまえば、思いのほか、簡単にできるものなのです。

ジェンティール・オリジナル “風で織る”「究極のタオル」

非売品



Size: 35×35cm

シルクのような光沢
海外で「ミラクル・ソフトネス」と絶賛された
極上のやわらかさがデリケートなあなたのお肌を
そっと包みます。

白とピンクの2種類
ご用意させていただきました。

こだわり

- 1) 下糸・ヨコ糸にはオーガニックコットンを採用しています。
KRAV(スウェーデンの認証機関)お認定を受け、南米ペルーで栽培された枯葉剤を
使用していない有機栽培綿。スイスの認定紡績工場で糸が紡がれ、染色工程においては
塩素漂白のような環境負荷の高い化学薬品は使われておりません。
- 2) 通常のタオルに使われている太いごわごわした糸ではなく、細くやわらかい糸を
二本より合わせて使用。ループと呼ばれる起毛部分は一般的なタオルの2倍の長さにした
贅沢な作りとなっております。また、柔軟剤や吸水剤等による見せかけの仕上げは一切しておりません。
- 3) スイスの検査機関「エコテックス」でその安全性は実証済みです。
製造工程に使われる原材料だけでなく全化学薬品の安全性がテストされる
極めて信頼性の高いものです。これは幼児が口に含んでも安全というレベルです。



4) 縫製・・・
タオルの良さは縫製を見ればと言われる程重要です。
ジェンティール・オリジナルタオルは日本製ならではの繊細かつ
精密は仕上げとなっております。

オーガニックコットン使用

このタオルの75%に使用されている竹繊維は
環境に配慮した新しい植物再生繊維です。



このタオルの75%に使用されている竹繊維は環境に配慮した新しい植物再生繊維です。
毎年種を植える必要がなく、農薬を散布する必要もありません。
一度伐採すると60年間は再利用が出来ない森林に比べ、
竹は2～3年のサイクルで成長を繰り返すので、
伐採しても自然環境のバランスにほとんど影響のない「人と地球にやさしい天然エコ素材」といえます。

<竹繊維が持つ特性>

- 綿の1.7倍の吸水性があり、放湿性に優れていますのでタオルや衣料品などの素材としては最適です。
- 身体に悪影響を及ぼすと言われている静電気をほとんど発生しないため、肌への負担が少なく、お子様やお肌の敏感な方に最適です。
- 抗菌・防臭効果がありますので湿度の高い環境に放置しても臭わずカビることなく、いつまでも清涼感を持続します。
- 糸に強い光沢性があり、発色が綺麗です。

“風で織るタオル”とは

本物のオーガニック製品に鍛え上げるため、原料はもとより、製造工程にも環境負荷を抑えたラインを導入し、環境品質を規定した国際企画 ISO14001 を取得、さらに消費電力の全てを風力発電による電力を用いています。これが“風で織るタオル”の名前の由来です。

