

タオルも大切なエイジングケアアイテム



8月になると汗をかく機会も多く、洗顔やクレンジング以外でもタオルを使うことが多くなりますね。

実は、タオルの品質や使い方で、お肌へのダメージが変わってきます。

すでに、ご存知の方もいらっしゃると思いますが、

『ナールス発売5周年感謝企画！「オリジナル今治フェイスタオル」プレゼントキャンペーン』を実施しています。

今回、感謝の気持ちとして今治タオルを選んだ理由も、良い品質のタオルにはエイジングケアをサポートする力があるからなんです。

ということで、今回はタオルの品質についてお話します。

タオルの品質の基準を決める項目には、①タオル特性、②染色堅牢度、③物性、④有機物質という4つがあります。

これでは、なんのこともよくわからないと思いますので、ポイントを整理しますと、

- ①タオル特性：主にタオルの吸水性の良さと毛羽落ちの少なさの指標
 - ②染色堅牢度：光や洗濯、汗、摩擦などの外的原因による色落ち、色移りの程度をみる指標
 - ③物性：タオルの耐久性や生地の強さの指標
 - ④有機物質：有害物質であるホルムアルデヒドの残留度の低さ、安全度をみる指標
- です。



この4つの項目が高い基準にあるタオルは、お肌に優しくお子さんでも安心して使えて、かつ、長持ちするタオルです。優しい洗顔やクレンジングを行っても、品質の悪いタオルを使えば、お肌にダメージを与えてしまいます。だから、エイジングケアをする際は、良いエイジングケア化粧品に加えて、良い品質のタオルを使うことも大切なのです。

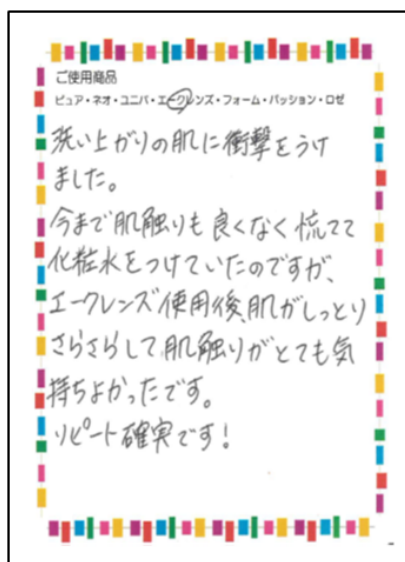
この品質基準はタオルのブランドで異なります。

中でも、日本一のタオルブランドとして知られている今治タオルは、厳しい基準に合格したタオルだけを

「今治タオル認定商品」として認定しています。

今回の5周年キャンペーンのプレゼントとして、「今治タオル認定商品」をプレゼントに選んだのは、高い品質で優しいエイジングケアを行なっていただきたいからです。

今月のご愛用者さまの声



ご使用商品：ナールスエークレンズ

洗い上がりの肌に衝撃をうけました。
今まで肌触りも良くなかったのですが、エークレンズ使用後、肌がしっとり、さらさらして肌触りがとても気持ちよかったです。
リピート確定です！

35歳 / K.T.様 より

※個人の感想であり、使用感、効果等には個人差があります。



内側からのエイジングケア！実践、美肌レシピ



～ うなぎごはん、ひつまぶし風 ～

猛暑で食欲が落ち、疲れを感じる8月。夏バテ予防のスタミナ食材と言えば「うなぎ」です。うなぎは、年々収穫量が減り、値段も高くなっていますが、疲れた時にこそ食べたいメニューです。実は、うなぎの旬は脂がのっている冬なので、夏はうなぎ屋の売上が落ち込みます。そこで、夏の土用の丑の日に、うなぎを食べるキャンペーンが江戸時代に始まり、それが今に至っています。ちなみに、うなぎと梅干しは食べ合わせが悪いと言われています。梅干しには、唾液の分泌を促し、消化を助ける働きがあります。そこで、うなぎを食べ過ぎ、贅沢をしないよう、根拠がない迷信がつくられたそうです。



8月の食材「うなぎ」

うなぎには、疲労回復に役立つビタミンB群、ビタミンA、E、D、パントテン酸、葉酸、カルシウム、鉄分、亜鉛、そしてDHAやEPA、コラーゲンなど、美容や健康には欠かせない栄養成分が含まれています。

うなぎと言えば、ビタミンA(レチノール活性当量)ですが、うなぎ100gに1500μgRAE(マイクログラムRAE)含まれています。これは1日の目安量を超える量です。ビタミンAは、健康な皮膚や粘膜のために働くほかに、夜間の視力の維持を助ける栄養素として知られています。

★ レシピのポイント ★

食欲が落ちる夏でも、さっぱり召し上がれるよう、うなぎに薬味をたっぷりのせていただくメニューです。

市販のうなぎをもっと美味しく！やわらかく温める裏技もご紹介します。一緒に合わせたのは、旬の冬瓜ととろろ昆布のお吸い物。冬瓜は、カリウムが多いので、むくみの緩和にも役立ちます。

材料 (約2人分)

うなぎかば焼	1パック
料理酒	小さじ2杯
みょうがのみじん切り	1本分
こねぎ	小口切り大さじ1杯分
大葉のみじん切り	2枚分
うなぎのたれ	大さじ1杯
ごはん	2膳分
和風だし	100cc
お好みで わさび、さんしょう	

栄養成分 1人分

エネルギー	386kcal
たんぱく質	15.3g
脂質	10.9g
炭水化物	53.6g
食物繊維総量	0.7g
糖質量	52.9g
食塩相当量	1.1g

作り方



1. うなぎは両面を軽く洗います。
※皮の部分は、ぬめりを落とすように洗います。



2. フライパンの上にアルミホイルを敷きます。うなぎをのせ、身の部分に酒をふりかけます。アルミホイルで包み、ふたをして弱火で約5分あたためます。

3. 串を外し、1.5cm角くらいに切り、うなぎのタレで和えておきます。



4. ご飯に、3のうなぎをのせます。みょうが、こねぎ、大葉、わさび、さんしょうなど、お好みの薬味をのせて召し上がってください。

★そのままでも、和風だしをかけてお茶漬け風にしても 美味しいです。

★「冬瓜ととろろ昆布のお吸い物」★

和風出汁400ccに、皮と種を取り除き、さいの目切りにした冬瓜を入れます。冬瓜が透き通るまで、中火で煮ます。酒、しょうゆ、みりん、各小さじ1杯を入れ、塩で味を整えます。器に盛り付け、とろろ昆布、お好みで小ねぎをのせます。

※栄養計算は日本食品標準成分表2015年版(七訂)をもとに算出した目安量です。材料の収穫時期、メーカーの違いなどにより、数値にばらつきがあります。