

## 【「秋枯れ肌」にご注意を！】

10月になって本格的な**秋**に突入。ついに消費税10%になってしまいましたね。  
ナールスも商品価格は変えていませんが、消費税がプラスされるので総額が変わります。  
(裏面のnahls価格一覧をご参照下さい。) 何とぞ、ご了承ください。

さて、美味しい食べ物や行楽を満喫している方も多いと思いますが、  
お肌には**「秋枯れ肌」**注意報が！秋枯れ肌とは、次のような肌状態のことを指します。

- 夏の紫外線による肌ダメージが残り、ターンオーバーが乱れているお肌
- 季節の変わり目で敏感な状態になっているお肌(ゆらぎ肌)
- 気温が低下して、皮脂の分泌機能も低下し、乾燥しやすくなっているお肌

そんな秋枯れ肌の対策で大切なことと言えば、もちろん**「保湿」**と**「洗顔・クレンジング」**です。

お肌に秋枯れを感じているなら、**スペシャルケア**を加えることをオススメします。

**保湿成分**をいつも以上にしっかりとお肌に届けたり、

ちょっと贅沢な気分でもリラックスしてエイジングケアを楽しむことがポイントです。

そこでオススメは、**ナールスパッション**です。

ナールスパッションは、ナールスゲン配合のバイオセルロースのフェイスマスク。

ぜひ、秋枯れ肌のスペシャルケアのアイテムとしてお使いくださいね。



もう一つ大切なのは、**クレンジング**。正しく行うことで、秋枯れ肌をケアしましょう。

決められた**使用量**を守る、決してゴシゴシ**擦らない**、クレンジング中に**フェイスマッサージ**はしない、

所要時間はすすぎを含めて**1分程度**でおさめる、すすぎは**ぬるま湯(30度～35度程度)**を使う

などが大切です。また、秋枯れ肌対策の優しいクレンジング料として、**アミノ酸系洗浄成分配合で**

**10の無添加**(無香料、無着色、無鉱物油、オイルフリー、アルコールフリー、パラベンフリー、


フェノキシエタノールフリー、石油系界面活性剤フリー、PG・DPGフリー、旧表示指定成分フリー)

を実現した**エイジングケア世代向けのクレンジングジェル「ナールスエークレンズ」**がおすすめです。

## 今月のご愛用者さまの声

n:ahls

いつもナールスブランドの商品をお使い頂きまして、誠にありがとうございます。  
現在ナールスブランドの商品に関するご意見やご感想を大募集しています。使用後のお肌の変化や、同じ悩みをお持ちの方へのメッセージなど、ご自由にご記入くださいませ。

ご使用商品  
ピコア・ネオ  エークレンズ・フォーム・パッション・ロゼ  
私は**敏感肌**でこれから**乾燥**の季節に備えてナールスユニバを使用してみました。  
1週間程の使用ですが、お肌がなめらかやすべくなったと実感しています。  
最初**ジェル状**でさっぱりしている様に感じて大丈夫かな?と思いましたが、お肌につけると少量でのびが良く、見た目とは違ってこっくりと保湿されます。お肌表面はベタベタせず内側がしっかりと保湿されて1日中乾燥しません。

イニシャル(M.S.) 年齢(53歳) 男・☒

ご使用商品:ナールスユニバ

私は敏感肌でこれから乾燥の季節に備えて

ナールスユニバを使用してみました。

1週間程の使用ですが、お肌がなめらかやすべになったと実感しています。

最初ジェル状でさっぱりしている様に感じて

大丈夫かな?と思いましたが、お肌につけると少量でのびが良く、見た目とは違って

こっくりと保湿されます。お肌表面はベタベタせず内側がしっかりと保湿されて1日中乾燥しません。

53歳/M.S.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。

# ナールスビューティーナビ

## 【上手に飲もう！お酒と美肌の関係】

女性に人気の高いお酒といえば、**ワイン**。  
レストランで食事をいただきながら、エレガントにワイングラスを傾ける…。  
女性らしさも演出できますよね。



美容に効果があるという**ポリフェノール**が豊富な赤ワインを思い浮かべるかもしれませんが。  
しかし、白ワインにもしっかり美容効果があります。

赤ワインよりもさっぱりとして、飲みやすい白ワイン。  
**ミネラル**をバランスよく含み、なかでも**カリウム**が豊富です。  
利尿作用があるため、からだの中の余分なものを排出する  
**デトックス効果**が期待できます。



また、カリウムは**むくみ**にも良いので、  
お酒を飲んだ翌日でも、むくみに悩まされるのを防げそうです。

そして白ワインには、腸内細菌のバランスを整える**有機酸**が含まれています。  
白ワインを飲むと腸内が酸性に傾くので、大腸菌、サルモネラ菌、赤痢菌などの活動を防ぎ、  
下痢や食中毒の予防効果もあります。**腸内環境を整える**ことは、美肌にもつながります。

さらに、有機酸は血行促進、代謝促進、疲労回復や、  
**コラーゲン生成**にも関わるアミノ酸の原料となるなど、さまざまな美容効果が期待できます。

白ワインは100mlで約73kcal、糖質は2gほど。  
赤ワインは100mlで約73kcalとカロリーは同じですが、糖質は1.5gと少なめ。

赤ワインより白ワインの方が糖質はやや多めとなります。

また、白ワインには甘口と辛口がありますが、やはり**甘口**の方が糖質は多く含まれています。

美容にも良いからと、多量に飲んでしまうと太りやすくなったり、肝臓にも負担がかかります。  
毎日**グラス1杯程度**の適量をたしなむくらいが良いでしょう。

さらに、白ワインは**魚介類**と相性抜群。  
白ワインに含まれる有機酸が魚介類に付いている細菌の活動を防いでくれますので、  
魚介類を食べる時の頼もしい味方にするのも良いですね。

お酒も上手に飲めば、からだにもお肌にもさまざまな効果が期待できます。  
そして、お酒には心を解放するリラックス効果もあります。

楽しく飲んで、キレイを目指しましょう！