

「今月のテーマ」

年末・年始のシワ対策

忙しくても出来るアンチエイジング!!

冬是一年の中で気温と湿度が最も低くなり、肌トラブルが深刻化する季節です。気温の低下で血行が悪くなり、細胞に酸素や栄養が行き渡りにくくなります。と同時に老廃物の排出も悪くなる為、ハリが失われシワ・たるみの原因に…。日常生活が戻ってきた今、マスク着用で口元や頬の筋肉が失われシワ・たるみを気にされる方が多くなりました。マスクをはずしてあわてないように今から始めましょう! シワ・たるみケアを! レッツスタート!



シワ・たるみ改善ポイント

- ① 筋肉強化 ---- ひとり時間やマスクの下であまり使われなかった筋肉が衰えてシワが深くなっています。筋肉を使うマッサージをしましょう。
(裏面に紹介しています)
- ② 栄養 ---- お肌を作る材料(アミノ酸)を補給
コラーゲンの材料となるアミノ酸やシワに有効な成分配合の化粧品を使いましょう。