



warew instagram

朝晩の肌作法で温感力アップ

12月22日は二十四節季の冬至です。

一年で最も昼間の時間が短く、陰の気が極まります。

ここから暦では春にむかっていきますが、実際には冬本番で各地でも大雪の被害がニュースで聞こえてきます。日中も気温があがらず、冷え込みますので血行不良で凝りなど痛みも伴うのがこの季節の特徴ですので、寒さに負けず備えておきましょう！

冬至といえば、柚子やカボチャ・小豆など寒い季節に合せた食習慣が知られていますが、年末年始は気のエネルギーが鈍くなって身体を温める働きが低下してしまいますので、胃腸をいたわりながら身体を温める力を補うことが大事になります。

【身体を中から温める食材】海老・くるみ・羊

【おなかをいたわる食材】かぼちゃ、イモ類、穀類

【おなかを温める食材】スパイス類（シナモン、クローブ）



むくみたるみ解消作法

手のひらでエマルジョンをあたためて、お顔全体にいきわたらせます。法令線を引き上げるように手のひら全体引きあげながら、耳の下（耳下腺）まで流します。

額も同様にシワをのばすように引き上げがらこめかみを通り、耳の下（耳下腺）まで流します。



輪郭くっきりたるみ解消作法

手のひらでエマルジョンをあたためて、フェイスラインにいきわたらせます。フェイスラインの骨に沿って、両手の人差し指と中指で挟むようにして、あご先から耳下腺までしっかり流し込みます。

ブースターとしても活躍するエマルジョンですが、中でも一番エイジングケアの効果が高いリッチで、たっぷり美容成分とうるおいを与えてください。

手のひらで軽くあたためてからお使いください。

使用量目安 500円大
2~3プッシュ目安

エマルジョンリッチ 120mL
6,050円（税込み）

