紫外線対策、万全ですか？

日本エステティック協会認定エステティシャン　大舘綾子

「1ヶ月のスキンケアの努力は、たった10分の紫外線で無駄になる」という言葉をご存知ですか？それほど、紫外線による肌へのダメージは、計り知れないものなのです。オゾン層の破壊により、今や紫外線は、“冬でも20年前の夏と同じ位”と言われるほど強くなっています。さらに、太陽との距離がぐんと近づく4月頃から、紫外線は急激に強くなります。特に、真皮まで届き大きなダメージを与える紫外線A波は、ほぼ真夏並みの量になるのです。「まだ日差しも弱いし、UVケアは夏になってから･･･」なんて考えるのはとても危険です。

美しい肌を守るには、今からしっかりUVケアをして、毎日のスキンケアの成果をずっとキープしていきましょう。

●紫外線対策スキンケアのポイント３カ条●

サンプロテクト剤とUVカットファンデーションのダブル使い

サンプロテクト剤と UV カットファンデーションの両使いで、紫外線をダブルでガードしましょう。さらに化粧下地やパウダーをプラスすると、くずれを防ぎ、UV カット効果をキープできます。

「こまめにUVカットファンデーションの塗りなおし」がキホン

汗や皮脂が多い春夏は、メイクがくずれやすく、ムラ焼けの原因にも。ちょうどくずれの出始める昼～夕方は、紫外線量もピークになります。こまめに、UVカットファンデーションの塗りなおしを！

曇りも室内も手を抜かない

曇りの日も約80%の紫外線が透過し、窓やカーテンを通って室内、さらに肌内部へ･･･。
ちょっとしたお出かけや家事の際もぬかりなく紫外線対策を心がけましょう。

紫外線対策＆スキンケアなんでも相談会

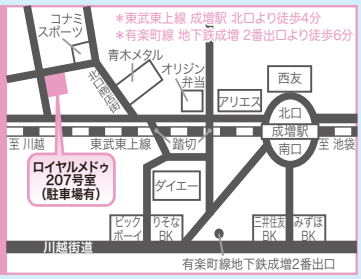
「そもそも紫外線ってどんなもの？」「日焼け止めで紫外線対策しているつもりだけど、ちょっぴり不安･･･」など、疑問や不安な気持ち、お持ちではないですか？この機会にそんな気持ちをスッキリ解消してしまいましょう！　どうぞお気軽にお問い合わせください。

日　　付：5月30日(金)、5月31日(土)
時　　間：10:00～12:00
場　　所：ワミレス フェイシャルサロン ソレイユ
費　　用：無料
お申し込み：メールかお電話にてお申し込みください。

※上記日以外でもご相談承ります。ご都合のよろしい日時をお知らせください。

wamiles facial salon soleil
ワミレスフェイシャルサロン ソレイユ

〒175-0094
東京都板橋区成増3-26-15-207
TEL 03-5998-8687　FAX 03-5998-8695
〈E-mail〉wamiles_soleil@dolphin.ocn.ne.jp



こども写真館

2008年5月

今月のモデル：**橋本　珂怜** ちゃん
2歳7ヶ月です。

撮影：スタジオマイティー
朝霞市朝志ヶ丘1-2-6-101　浜崎団地内
tel.：048-476-5384
www.net-print-dpe.com

「こども写真館」へ、たくさんのご応募をいただきありがとうございました。

「あさか子育てガイドブック2008」が発行されました

朝霞市発行の子育て情報誌ができました。主に妊娠・出生届出時や転入届出時などに手渡されます。朝霞市内の幼稚園・保育園・家庭保育室に通園している世帯には配布されています。市役所の総合窓口課・子育て支援課・内間木支所・朝霞台出張所・朝霞駅前出張所にて欲しい方にも配布されます。詳しくは朝霞市子育て支援課 048-463-2834 へ問い合わせてください。

子育て 今思うこと…“む GYU～！”

子どもが幼かったとき、「こどもの成長はあっという間。小さいうちにたくさん抱っこしておいた方がいいよ～」なんて言われる機会が幾度もありました。当時はピンとこなかったのですが、子どもが大きくなった今「うんうん」と深くうなずける私。これから取り戻すぞ！とするも親のアガキか ?! なんてコトもあります。（…大きくなるとスキンシップってお互いにしづらくなったりして。でもどんなカタチでもスキンシップとりたいなぁ～）ぎゅ～っと抱き合うって、好きだよ、信頼しているよのキモチの表現だなぁって思います。むぎゅ～っと出来るときにいっぱいしあって、子も親も存分に味わってほしいな、と思います。

発行にご協力頂いたみなさまにこの場をお借りしてお礼申し上げます。ありがとうございました。　（田所）