

囁きて微笑む滝田姫



寛ぎコラム



・6時過ぎスマホを柘植の木のの上に置いて草取り始めた。
 すっかり忘れて数時間後思い出してスマホ炎天下の救出。
 激熱に暫く冷めなかったスマホだったが、セーフだった！
 ・朝6時から窓もドアも開放したりリビング。
 数時間後、点けた記憶無いエアコンの稼働に気付く。
 扇風機は点けた覚えあるが、数時間の無駄で済んで良！
 ・朝6時前出勤の車見送る為にリビングから庭に出た。
 玄関のドアを気にしながらも草を引く…！
 何回見ても施錠された状態のドアノブ…！



「どうしたんだろう」と車庫に目をやると車が無い。
 ラッチボルトとデッドボルトが隙間から見える古い玄関ドア。
 施錠役目のデッドボルトと思い込みその開くのを待っていた。
 木製の古びたドアの施錠、勘違いだったが交通安全有り難い！
 「あらまあそう言えば」と「どじ話」辿ったら三話になった。
 …ドジ話笑みて流そう秋の川…
 しかし、笑って済ませぬ日常生活も多々あるから注意が必要。
 先日のこと、固定電話に「総務省からお知らせ」という音声。
 「〇〇月から〇〇通信が無くなります～云々」
 「オペレーターに繋ぐは1を～～云々」
 ここまで聞いて、即詐欺電話と気付いて難を逃れる！
 …「総務省」ネット検索秋の宵…
 ・総務省から固定電話に「お知らせ」の電話はありません。
 ・虚偽の説明、オペレータに誘導する不審電話に注意せよ。
 …詐欺電話見抜けて笑むや暮の秋…
 「安全な毎日でありますように」と滝田姫が微笑んだ（寛）

ポルール通信 2024年10月



美容室ポルール10月1日 第210号



November 11月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5 (休)	6	7	8	9
10	11 (休)	12 (休)	13	14	15	16
17	18 (休)	19 (休)	20	21	22	23
24	25	26 (休)	27	28	29	30

10月も大人気のオーガニックカラーキャンペーンを開催します
 ☆初回の方は1000円オフ☆
 92%天然由来成分でできているお肌に優しいカラーです。
 カラー剤に必要なアルカリを15%カットしているので
 低刺激でツンとした匂いもありません。
 通常カラー剤の10分の1以下のダメージ。艶と深みのある色味が
 長く続きます。通常8250円のところ→
 キャンペーン価格7150円です。

《〇〇が本格的に

始まる前に知っておこう！》



ヘアコラム

スタイリストによるコラム

記事：小泉 千春



ジメジメ、ムシムシ暑かった夏が

落ち着いてくると、今度は乾燥季節に入ってきますね。

地域にもよりますが、早ければ10月頃～始まってきます。

今回はお仕事や人によっては、

季節関係なく荒れたり、乾燥する『手』についてのお話。

手は、使用頻度が多い部位であるために、常に刺激にさらされています。そのため、一度手荒れをおこすとなかなか治りません。

さらに、長引くほど症状は悪化して、ひび割れ・かゆみ・痛みなどが生じます。こうなると、日常生活は苦痛の連続になり、毎日が本当にツライですよ。

手のうるおい機能を低下させる要因

- ・水
- ・摩擦
- ・紫外線
- ・洗剤
- ・圧力
- ・刺激物



手荒れの原因はさまざまですが、肌で起こっている症状はひとつ。

「極度の乾燥」です。

肌内部には、たっぷりの水分。

肌表面には、肌内部の水分蒸発を防ぐ油分。



この2つがそろって初めて、「うるおった肌状態』になります。この状態は、本来肌が持つ「うるおい保持機能」で保たれています。

(角質層の水分を細胞間脂質とNMF(天然保湿因子)がたくわえ、皮脂膜がその蒸発を防ぐ。

これが、肌が持つ「うるおい保持機能」です。)

この機能がしっかり働いていれば、特別なケアを行わなくても、肌はしっとりうるおっています。

しかし、「肌質が敏感肌や乾燥肌」「水や洗剤を使う機会が多い」などが原因で、手肌のうるおいは奪われてしまいます。

さらに、顔に比べて手肌は「皮脂腺が少ない」ため、手肌の内部にある水分蒸発を防ぐ皮脂膜が作られにくい肌環境です。そのためうるおいが保たれにくいという特徴があります。

結果、手肌のうるおい保持機能はさらに低下し、簡単に乾燥してしまうのです。

また、乾燥状態が常態化すると、手肌のバリア機能が衰えて敏感になり、

赤み・かゆみ・湿疹などの「手荒れ」の症状へと悪化していきます。

手荒れを改善するためには、手の乾燥を防ぎ、うるおいを維持する保湿ケアが必須となります。

このように、「手荒れには保湿が効果的」と言うと、多くの人は「そんなことは知っている。だから、ハンドクリームで保湿をしている」と思われるとはず。

でも、本当に保湿ができていれば、手荒れに悩んでいないはず。おかしいですよ。

そこで、なぜ、しっかりと保湿をしているのに手荒れが長引いてしまうの？

その理由をお話します。



手の保湿ケアといえば、一番に使われるのがハンドクリーム。使った経験があるはずです。

でも、どんなにこまめにハンドクリームを塗っても、手の乾燥やひび割れはなくならなかったのではないのでしょうか？

それもそのはず…

実は、ハンドクリームだけでは、手肌をうるおすことはできていなかったのです。



乾燥して荒れた手は、肌内部の水分が極端に少なくなっている状態です。

うるおすためには、「失った水分」を補なわなければいけません。

ところが、ハンドクリームは、油分が主体で作られています。そのため、どんなに塗っても、与えられるのは油分のみで水分は補えません。

うるおった肌にはハンドクリームだけで問題なくても、荒れた手にはたっぷり水分が必要なのですが、ハンドクリームをいくら塗っても、肌内の水分は増えません。



「ハンドクリームを塗っても、手は乾燥したまま」

ですので、ハンドクリームによる保湿ケアでは、手肌はうるおわなかったのです。

ハンドクリームでできるのは『油分の補給』だから、手荒れが改善しない。



肌表面は、油分の膜でしっとりと感じるけれど…
肌内部の水分が極端に少なく、カラカラに乾燥した状態…
そもそも水分が足りていない肌に、いくら油分を与えても、肌内部は乾燥したままなのです。

※お顔の皮膚にも同じことが言えます！



肌は少しずつ生まれ変わっていくため、時間がかかります。「一時的でいいから、今すぐ手荒れの症状を無くしたい」という方は病院などでお薬などを塗ってもいいかもしれません。

でも、「多少時間がかかってもいいから、手肌そのものを健康にして、手荒れで悩まないようにしたい」という方は、普段から「水分・油分・保湿成分」をバランスよく与える手荒れケアを、本格的に荒れやすく乾燥しやすい時期になる前に行いましょう。





すなの たね

作 シビル・ドラクロワ 訳 石津 ちひろ

2018年7月20日 第1刷発行 講談社

なつやすみは、もう おしまい。

さっき 海から かえってきたばかり……。

おとうとの ユリスは、海のように しょっぱいなみだを うかべているし、あたしの こころはなみのように ゆれている。

旅先から帰ったばかり、家の外で階段に座った女の子は、サンダルを脱ぐと、こぼれた砂粒をあつめた。

この つぶつぶを たねみたいに まいてみようか。

女の子は、おもいきり砂をまいた。

(モノクロの画面に、飛んでいく砂粒は、鮮やかな黄色)

女の子と弟のユリスは、黄色いパラソルが突然によきによきはえてくる様子を想像する。

次に、たくさんの大きな黄色い風車。風はヨットに送られる。

次は、レモン味の黄色いアイスクリーム。広い畑のなかに、整然とならんではえてくるアイスクリーム。

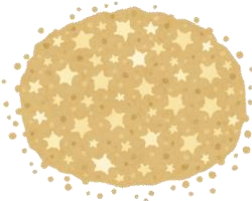
黄色い、立派なお城。



こどもの本



おすすめの絵本



Beauty Salon POLOUR



そして、最後は、昨日まで遊んでいた、砂浜。

忘れがたい、楽しい海辺での思い出。

繊細なタッチのモノクロの世界に、彩られたものは、子どもたちの T シャツや短パンなどのコバルトブルーと、

すなの粒や、

パラソル、風車、アイスクリームなどのレモンイエローだけ。

その洗練された絵が魅力的だ。

作者、シビル・ドラクロワは、1974年、ベルギー生まれ、フランス在住の絵本作家。1997年、ベルギーのエコール・ド・ルシェルシュ・グラフィック（ERG）を卒業し、2000年に初めての絵本『青ひげ』（シャルル・ペロー原作）を刊行。情報は少ないが、日本では、2023年に、『おばあちゃんちの ふしぎなまど』（ほるぷ出版）、『クリスマスに ゆきが ふりますように』（講談社）の2冊が刊行されている。期待されている作家だと思われる。

今年も、酷暑で、暑くて暑くて、夏の楽しさどころか、クーラーなしでは生活できなかった日々。かつての日本は、クーラーなしでも生活できていた。残暑は続き、夏の余韻に浸るところではない。

この絵本は、現実の不安を忘れる、静かな世界。

女の子は、眠くなってパパに抱っこされて家のなかへ

「来年もみんなで海にいった、すなの たねを もってかえろうな」って……。

夏の終わりに思うのは……



(トモトモ)