

手作り化粧水なら安心です



おすすめは
手づくり化粧水

健康な美肌をめざして…



NPO法人 日本免疫美容協会

理事長 島野孝子

16

肌が乾燥する季節になってきました。肌がかさついてきたと感じたら、

化粧水などをつけませぬ。基本的には肌の内部に入り込まないものでしたら、何をつけてもOKですが、私のおすすめは、手作り化粧水です。

日本ではむかしから、日本酒、ヘチマ、米ぬかなどをスキンケアに利用してきました。その作り方は、書籍やホームページなどで詳しく紹介されているので、参考にしてください。もちろん、防腐剤や界面活性剤、着色料などが使われていない素材を選びましょう。

手作り化粧品の最もシンプルな組

合せは、水＋グリセリンです。グリセリンは保湿効果が高く、薬局で簡単に入手できます。グリセリンと一緒に尿素を入れると、より保湿効果は高まります。尿素も保湿成分の高い成分です。これも簡単に手に入ります。

高価な界面活性剤入りの化粧品を使わなくても、これでうるおい補給は十分でき、肌のかさかさ感は解消できます。なんとといっても、手作りなら界面活性剤や防腐剤は入りませぬ。安心して使える化粧水です。

手作りする余裕のない人は、化粧品を購入することになりますが、その場合は、肌に入り込むような成分の入っていないものを選んでください。