

お部屋エステで、
完璧なうるおい対策を

室内で過ごす時間が長くなるこの季節。エアコンや暖房で、湿度が低く、カラカラに、部屋にいるままで、おうちエステでボディ、顔、ヘアまでトータルにケアして、体の外と中から保湿対策を。

乾燥しやすい時期は、湿度が低いから加湿器で湿度を調整する必要がある。加湿器の種類は大きく分けて、超音波式と蒸気式に分かれる。超音波式は水を振動させて霧状にするタイプで、音も静かだが、加湿効果が持続しない。蒸気式は水を加熱して蒸気を発生させるタイプで、加湿効果が持続する。また、超音波式は水が乾くと音が出るが、蒸気式は水が乾くと音が出ない。加湿器を選ぶときは、加湿効果、音、デザイン、価格などを比較して選ぶのがいい。加湿器は部屋の隅に置くのがいい。加湿器は部屋の隅に置くのがいい。加湿器は部屋の隅に置くのがいい。

STEAMER

En Kanger

片桐衣理さん
衣理クリニック院長

この時期は気温も湿度も低く、肌には過酷な環境なので、加湿器などの利用がお勧め。室内湿度は40~60%に保ち、分子の細かい蒸気をまんべんなくお部屋に行き渡らせることがポイントです。

FILLED ENOUGH LIFE