ちょっと ひといき
2022.2 Vol. 142

# 癒し&キレイCafe

GRACE 発行：エステティックサロン グレース
宮崎県延岡市若葉町2-1120-161 tel.0982-26-2561
日曜・月曜・祝日定休（研修などで不定期にお休みがあります）
E-mail info@beauty-grace.jp
URL http://www.beauty-grace.jp

**営業時間**
10：00 ～ 18：00
（最終受付 17：00）
＊時間外のご予約についてはご相談下さい

2022.2

| Sun | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | | | | | |

2022.3

| Sun | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

休業日

紫外線は夏だけでなく寒い冬も降り注いでいることを忘れないようにしましょう!

オーナー
山本 智美

tomomi's beauty column
## 智美先生のビューティーコラム

## 冬もあなどれない！ 紫外線のワナ

冬は、夏に比べて紫外線量が少なく、紫外線対策の手を緩めてしまいやすい季節。実は思わぬところにワナがあるんです。
冬もぬかりなく紫外線対策をして、美肌を目指しましょう！

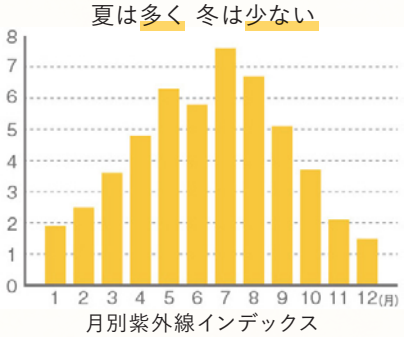
乾燥する時期だからこそ、冬の紫外線ダメージはさらに恐ろしいですよ!

チーフ
石川

### POINT 01 季節による紫外線の違い

**紫外線量**

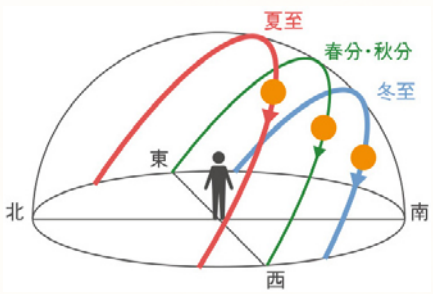
夏は多く 冬は少ない




月別紫外線インデックス
※気象庁「日最大インデックスの月平均値の数値データ表」(2014年つくば)

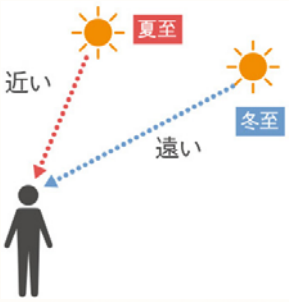
**太陽の位置**

夏は高く 冬は低い

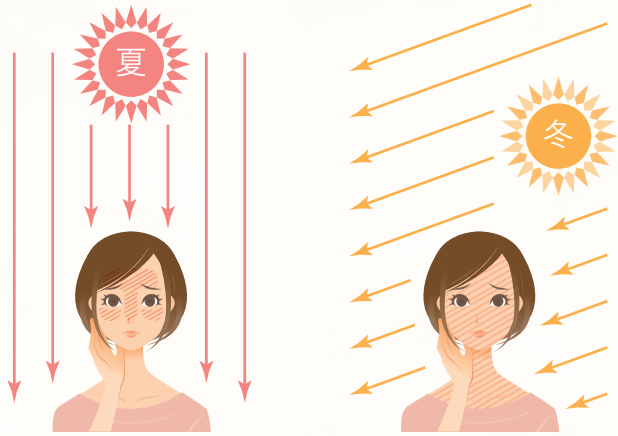



**太陽との距離**

夏は近く 冬は遠い




### POINT 02 冬にも紫外線対策が必要？




**夏の紫外線**

上から強く降り注ぐ

夏は、太陽の位置が高いため、顔の中で高くなっているパーツ（鼻や額など）が紫外線を受けやすくなります。

**冬の紫外線**

横からやさしく降り注ぐ

冬は、太陽の位置が低いため、顔全体で紫外線を受けてしまいます。

紫外線量が少なく日焼けなどの体感を得にくい冬ですが、蓄積されたダメージが肌トラブルの原因に。秋冬はしっかりとした紫外線対策で肌を守りつつ、ダメージを受けた肌へ栄養を補うケアが必要です。
「守る」と「補う」Wケアで、輝く肌を手に入れましょう！

Innner Care

体の内側からキレイに輝く必須アイテム
### 冬にも活躍！ クリスタルヴェール

クリスタルヴェールは、紫外線ケアに加えて保湿効果などの肌を整える効果も期待できます。
まさに「補う」と「守る」のWケアが叶うインナーアイテム。紫外線はエイジングトラブルの元。いつまでも若々しくいるために、インナーケアを取り入れるのがおすすめです♪

**こんな方にオススメです！**

- ✓ 日焼け止めとの併用で美容対策を強化したい方
- ✓ 乾燥しやすい方
- ✓ 外出が多い方
- ✓ アウトドア好きの方

紫外線ケア × 保湿
クリスタルヴェール
120 粒 5,940 円（税込）