

純国産ヘナ、取り扱いはじめました！

最近、国産ヘナが注目されているようで、当店でも取り扱いはじめました！
以前にも試したことがあるのですが、その時はインドヘナとの仕上がりの違いがよく分からず、臭いも強いように感じたので取り入れませんでした…。

しかし、今回出会った国産ヘナは、沖縄の無農薬ヘナを100%使用し、色素濃度が最も高い成熟葉のみを収穫しているという、とてもこだわりのあるヘナです！

沖縄でのヘナ栽培から刈り取り、パウダー化までの加工、パッケージ全ての工程を日本国内の自社で行うことにより、安心して利用できる商品です。
刈り取り後は約1週間以内に製品化するそうで、鮮度の高いヘナを最短で1か月以内に届けることができます。



国産の沖縄のヘナはインドのヘナと違って、葉は大きく肉厚です。

また、インド産と違って土壌改良を行い、十分な堆肥を与えていますので、パウダー化したときに色や香りの品質が高くなります。

ヘナは葉に含まれるローソニアアルバという酵素が、髪の主成分であるタンパク質とくっついてオレンジ色に発色します。その時に水分も一緒に包み込むので、パサついた髪がしっとりまとまり、ツヤのある髪になります。

また、毛髪が薄くコーティングされることでコシが増し、毛髪にボリューム感が出るといった効果が期待できます。

このローソニアアルバの含有量が沖縄のヘナはインド産の2~3倍と多く含むので、よりツヤ感やハリコシが感じていただけるかと思います♪

使用感は、パウダーが細かくお湯で溶くとなめらかで、臭いも優しいです♡



基本的に、ヘナのみで染めると白髪がオレンジに染まり、ブラウンに染めたい場合はヘナとインディゴをミックスして染めていきます。

当店では、ヘナとインド藍のミックス、またはヘナと国産タデ藍のミックスで、ブラウンに染めることができます。

数年前から扱っている国産タデ藍は、パサつかず、インド藍にはないトリートメント効果があり、サラッと感を与えてくれるので、質感や手触りが良いのです。

さらに、国産ヘナとミックスすることで、ダブルのトリートメント効果を得られ、ハリやコシ、ツヤ感をより実感していただけるかと思います。また、国産ヘナは色素が濃いため、色の定着が良くなることが期待されます！

タデ藍&インドヘナは、サラッと柔らかい質感に。

タデ藍&国産ヘナは、ハリやコシが出て髪の毛1本1本がしっかりしたような質感に。

髪質によって選んでも良いと思います。

皆さまそれぞれの髪質やお悩みに合わせてご提案させていただきます！

また、インド藍と国産ヘナをミックスすることも可能です。

国産ヘナを使うことで、インド藍のごわつきが軽減され、ツヤが出ます。

すでに国産ヘナを体験されたお客様には、ツヤが出てしっとりする、臭いが少ないなど、とても好評をいただいています！

ご興味のある方、お気軽にご相談ください♪

by kumagai



花粉症改善する良い食べ物と控えるべき食べ物！

分子栄養学アドバイザー、Kazumiです。

今年もつらい花粉の季節がやってきましたね。

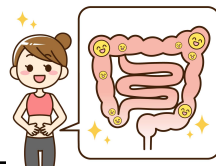
私はずっと花粉知らず。いつ発症するかドキドキ(笑)うちのオーナーはひどい花粉症でしたが、今は少し感じるぐらいでケロツとしています。



花粉症になる人とならない人、花粉症状が改善した人。それには何が違いがあるのでしょうか。分子栄養学はそれもおしえてくれます♪

分子栄養学的には、花粉対策に大事なものは、

- 腸内環境を良くする！
- 粘膜強化！（粘膜とは 目や鼻やのど、腸内粘膜のことです）
- 炎症を抑える！
- 免疫細胞を活性化させる！



これらのアプローチを栄養を足すことで行い、花粉症の症状を改善していきます。

私の栄養生活アドバイスを受けたお客様たちは、もともと他の不調や自分の体質を知りたくて受けられたのですが、アドバイス後、食べることや生活などを変えていき、結果、不調改善だけでなく、花粉症の症状も軽くなった、今年は花粉症のお薬を飲まなくてすんでいます！

という嬉しいお言葉いただきます！気がついていない自分の足りない栄養を足すことで、体の栄養が整って、体の細胞一つ一つが力をつけ、治癒力が上がったということですね。それを聞いて、私も嬉しく思っています♪

しっかり食事から、足りない栄養を補って、体質改善したい♪

そんな方は当店でやっています、

分子栄養学アドバイザーKazumiの「栄養生活アドバイス」を受けてみてくださいね。ご興味ある方は、またKazumiまでお問い合わせください。

今回は花粉症やアレルギー症状の改善に♪



積極的に摂って欲しい食べ物と、できればこの時期控えて欲しい腸内環境に悪い食べ物をご紹介します！

実は花粉症やアレルギー症状を悪化させている食べ物があるんですよ。知っていました？

腸内環境に良い食べ物と、腸内環境を悪くする食べ物は控えましょう！花粉症改善に腸内環境を良くすることは大事！ということはお聞きとします。

間違いなく、そうです！腸内環境を整え、腸内フローラを豊かにすることで免疫力もアップします。なので、まずは腸内環境を良くして免疫を上げ、花粉症やアレルギー症状改善に、これを摂ってくださいー♪

●積極的に摂るべき食べ物！

善玉菌が入っている食材

キムチ、糠漬け、葉物漬物、お味噌、納豆、発酵調味料！
腸内に善玉菌を入れましょう。そして、その菌たちが喜ぶ「食物繊維」も摂るのは大事ですよ。



そしてお次は腸内を悪くして、症状を悪化させてしまう食べ物をご紹介します。次の食べ物は、特にこの季節、花粉症になっている方は控えてください。

●控えるべき食べ物！

それは小麦、乳製品、糖質です！

①小麦製品(小麦のグルテン)

②乳製品(乳製品のカゼイン)

小麦のグルテン、乳製品のカゼインは、症状がなくても、気がつかないうちに消化が完全にされずに、未消化のまま腸内環境に入ってしまう、腸内環境を悪くしてしまうんです。



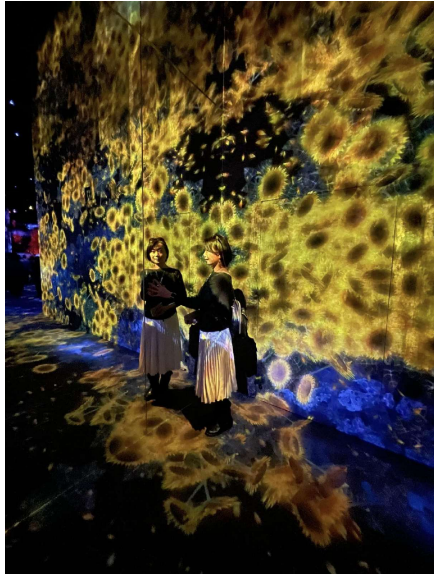
③お次は糖質

糖質は悪玉菌のエサになり、これまた腸内環境を悪化させます



ということで、小麦製品、乳製品、糖質は腸内環境を悪化させてしまうので、お気をつけください。ご自分では、意識したことがないと思いますが、花粉症やアレルギーがある方はすでに腸内環境が悪くなっています。そういう方はより気をつけて、腸内環境の良い物を食べて、腸内環境に悪い物は控えて下さいね♪

チームラボボーダレス、行ってきました♪



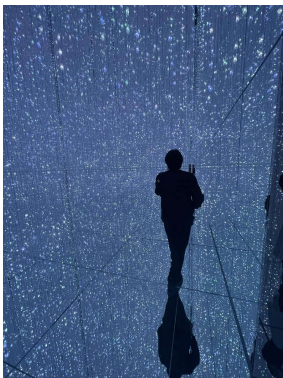
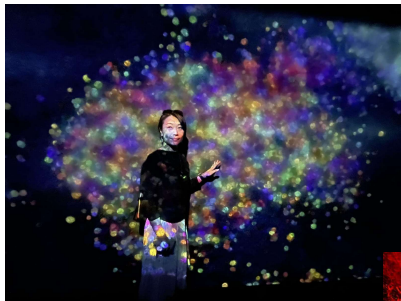
先日チームラボボーダレス麻布ヒルズに行ってきました♪
前にもお台場、豊洲のチームラボも行きましたが、
麻布のも楽しかったですー♡
変わりゆく映像のアート。ずっと魅了されっぱなしでした👁️👁️



ミュージアム内は薄暗くて、地図もないので、あちこちを探検する感じ♪ウロウロさまよい、同じ場に戻ってしまうこともあるのですが、映像アートはさっきとは違うアートに変わっているので、飽きることなく楽しめます。

ミュージアムのコンセプトは。
「Wander Explore Discover」
さまよい、探検し、発見する！です。

同じ場所にいってもずっと楽しめますが、いろんな場所があるので、ドキドキワクワクがいっぱいです♪



ミュージアム内のカフェでお茶を頼むと、
カップにお花のデジタルアートが現れます。

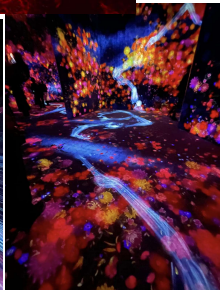
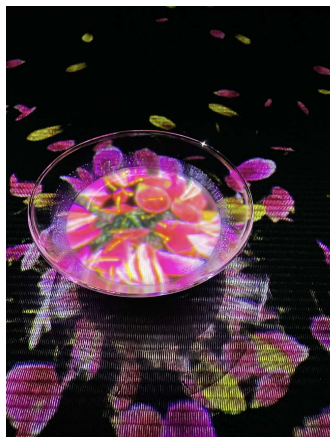
お花が生まれて、生まれて、咲き乱れ。
最後に散っていくんです。

カップの中で！

楽しすぎて、もったいなくて、なかなかお茶を飲めない(笑)

また自分が塗り絵したお魚さんが、
アートの一部となって、飛び出し。動き始めるという。おもしろいコーナーもあります！

おもしろい場所ですから、
まだ行ったことない方は
ぜひとも行ってみてくださいー



By Kazumi

こちらのQRコードを読み取ってみてください。→
私たちが体験した
チームラボの素敵な動画がみることができます！
行った気分になるかもですー



創業75年の和菓子屋さん♪

庄之助 深川白河店

大相撲立行司22代木村庄之助を祖父に持つお店です。神田に本店があり、清澄店は
お孫さんが切り盛りしているそうです。

清澄白河店に工場があるので、ここで作って神田の店に届けているとのこと。
ということは、ここは工場直売ですね！



軍配をかたどった「庄之助最中」が有名で、頂き物で私も一度食べたことがあります！

普段、最中はあまり食べませんが、あんこが美味しかったですよ♪

庄之助最中のほかにも、徳俵をかたどったお菓子や、化粧回し、軍配、おすもうさんの顔を
かたどったあれなどもあり、相撲ファンには喜ばれるかもしれませんね♡



また、ゴマ大福はテレビなどで紹介されたりととても人気で、売り切れてしまうことが多い
ようなので、購入の際は気をつけてくださいね。

そして、桜餅や柏餅など季節のお菓子も気になりますが、私が一番気になっているのは、
「プリン」です!!

和菓子屋さんでプリン…。

昔ながらのプリンのようなのですが、どんな味なのかとても気になります♪

営業時間が17時までなので、なかなか買いに行けないのですが、いつか絶対食べたい!!



by kumagai

Kazumi からのお知らせ♪

分子栄養学アドバイザーKazumiがInstagramやブログで、
健康情報を発信しています！花粉対策やタンパク質の摂り方、
消化吸収のことやおすすめの食材などなど。

ぜひ、右のQRコードから覗いてみてください♪ →



Instagramはこちら



ブログはこちら

