

「ふんわり美人」になる4STEP

洗のテクニック、香りの選び方といった、ホリスティックな4ステップで、理想のふんわり美人になる方法を提案します！

STEP 1

Purification

心身を浄化・クレンジし、
ふんわり美人の土台を作る

「普段落としきれない
大気汚染物質まで除去し、元気な髪へ」



「ミネラルが溶出され、
肌を潤すために」



4

3

「体液のアンバランスを
リセットし免疫力をUP！」



2

「まず普段の生活から
“毒”を入れない”ためのクレンザー」



1



「毒物の排出を強力にサポートする
スーパーハーブです」

5



6



「質の高い寝顔を導くクレイで、
細胞が生まれ変わります」

ふんわり美人は一緒にいて心地いい、 自分と周りの生命力を増す“もたらす人”です

ストレス社会に生きる私たちは、交感神経優位の時間が長く、いつも心身が張り詰めている状態。だからこそ、その緊張を解き、副交感神経のスイッチを入れてくれるような女性が求められているのだと思います」と語る神津さん。「見た目がいいだけでなく、一緒にいると心が潤ってまた会いたくなるようなふんわり美人は、まさに“副交感神経系美人”。また、副交感神経にスイッチが入ると、血行が良く、消化器が活性化されて浄化力がアップ。おのずと代謝が高まり、生命力が溢れるボディや瑞々しく透明感に溢れる肌に。つまり、ふんわり美人は自らも、周囲にも輝きと幸せをもたらす力を備えていると言えます」

教えていただいたのは…

神津まり江さん



PROFILE ● こうづ・まりえ ● ビューティエディター・ライター。女性誌で美容担当を務めた後、フリーに。オーガニックコスメに造詣が深く、女性が心地よく美しく生きる暮らし方を追求し、記事制作に携わる。

1「クレイと米粉を合わせた吸着力で、頭皮の汚れがスッカリ」。ユーカリ、ローズマリーのエッセンシャルオイル配合。ツイギー/ユメドリーミング エピキュリアン ヘアクレンジングクレイ 280ml ¥6,000 2 ラベンダーやローズマリーなど、5種類のオーガニックエキス配合。手肌や環境に優しいクリーナー。デイカジャパン/オール パーバスクリーナー 390ml ¥1,900 3「疲れがたまってきたときに飲みます」。老廃物の排出に欠かせない微量元素を、人体と同じバランスで含む特殊な海水アンプル。D-S-A/カントン ハイパートニック 10ml×30本 ¥9,000 4 プルターニュ沖の海水をフリーズドライ化した入浴剤。「排出力が高まる新月の周期に活用して、汗をたっぷりかいています」。D-S-A/リヨメール ロゼ 40g ¥640 5 血液浄化や血行促進作用があるとされるヨモギを、手軽なパウダーに。「濃いめにお湯に溶かして飲んでください」。プレマ/マクロヘルス ヨモギパウダー 100g ¥1,800 6「クレイが放つ遠赤外線効果で、温浴効果が続きます」。天然ミネラルが豊富な、アメリカ西部の火山灰から生まれたバスパウダー。マザーアースソリューション/クレイド ジャパン ワンタイム 30g×1袋 ¥500