



フルール倶楽部

2021年1月随時開催

皆さまこんにちは。良いお年を迎えられたことと思います。今年もフルール倶楽部を宜しくお願い致します♪今月は「ローズマリー軟こう」です。ローズマリーをグレープシードオイルに浸け込んだ浸出油をベースに、ミツロウとローズマリーシネオール精油を使ったシンプルな軟こうです。ウイルスを予防しながら美肌を目指しましょう(*´艸`)

材料・手順

ローズマリー浸出油	① ローズマリー浸出油とミツロウを、それぞれ量る
ミツロウ	② ①をオイルウォーマーに入れて溶かす
ローズマリーシネオール精油	③ 溶けたらアルミ容器に入れて精油を入れて軽く混ぜたら出来上がり

使い方

お顔の場合、お手入れの一番最後に薄く伸ばしてご使用ください。

風邪の予防に使用する場合、喉や気管支、胸元に薄く伸ばしてご使用ください。

その他、かかと、肘、膝など乾燥しやすい場所にもご使用になれます。

ちょこっと豆知識

<ミツロウについて>

ミツロウは、ミツバチが胸元から分泌する保湿、抗菌に優れたものです。ビタミンやミネラルも含まれており化粧品作りの他、キャンドルの材料にもなります。

<ローズマリーシネオールについて>

ローズマリーは日本でマンネンロウと呼ばれていました。ハーブティーでは抗酸化が強いと言われています。シネオールはポピュラーな種類で、一般にローズマリーという場合はこの種類を示すことが多いです。スッキリとした樟脳臭で、リフレッシュに適しています。去痰作用や抗感染作用に優れ、風邪やインフルエンザの時に使用すると良いです。禁忌がなく、使いやすい精油です。

<グレープシードオイルについて>

必須脂肪酸のリノール酸が主要成分で、ビタミン E やフィトステロールを多く含みます。安定性に優れていて、軽い使用感で人気のある植物油です。

(参考資料：ケモタイプ精油小事典より一部抜粋)

