

最近マスク生活が続くことから、肌に合ったケアができていないか不安になりますよね。そこで圧巻の品揃えを誇る柏高島屋の化粧品売場へ。マネジャーの清水明子さんに、お肌にやさしく昨今の肌悩みに応じた日焼け止めを選んでいただきました。

お悩み①乾燥によるかさつきが気になる。

イプサの『プロテクター センシティブ』は、赤ちゃんの肌にも使えるやさしい処方の日焼け止めです。角層を整え、紫外線だけでなく、汚れやホコリなどの外部ダメージから肌を守ってくれます。アクセヌの『マイルドサンシールド』は紫外線散乱剤を使用した敏感肌にも安心して使える日焼け止めです。

お悩み②表情が乏しくなりがちで、肌のくすみ気になる。

カバーマークの『モイスチュア クリア ベース』は月桃葉エキスやグレープシードオイル、トウキエキスなどの保湿成分を配合し、肌を明るく整えるSPF35の化粧下地です。色ムラなどが気になる場合にもおすすめです。

お悩み③肌の赤みが気になる。

MiMC『ミネラルレイザーバームカラーズ』の数量限定色、イエローは、スキンケアとUVケアをしながら赤みをカムフラージュしてヘルシーな印象に仕上げられます。外出先でも使いやすい形状です。

緊急事態宣言の延長を受け、今月の「東葛沿線さんぽ」は、コロナ禍における散歩の様式について考えます。昨今、感染予防として免疫力に注目している方も多いのではないのでしょうか？

免疫力に関連して耳にするのが日光に当たると体内で生成できる「ビタミンD」。紫外線による肌への影響について寄稿いただいた松戸市栄町の「くるみ薬局」の水嶋節子さんにお話を伺いました。



ビタミンD

は、牛乳や鮭やイワシなどの魚、キノコ類などに含まれていて、骨を丈夫にするカルシウムの体内吸収に必要なだけでなく、免疫機能を調整する働きがあるとされる栄養素です。



午前中の一時間20~30分程度の散歩は、規則正しい生活リズムや体力づくりという側面からもおすすめです。ビタミンD生成を意識したい場合は、散歩しながら手のひらに15分程度日光をあてるとよいでしょう。



左から:モイスチュアクリアベース(カバーマーク)、モイストバランスジェルとマイルドサンシールド(アクセヌ)、プロテクター センシティブとバリアセラム(イプサ)、ナチュラルエイジングケアミネラルパウダーサンスクリーンとミネラルレイザーバームカラーズ(MiMC)

肌荒れを避けるためには、普段以上の丁寧な保湿が大切な点だ。日焼け止めも保湿化粧品も紙面で紹介しきれない幅広いラインアップで、ほんの一部ですがご紹介しします。

協力=柏高島屋 04-7144-1111 (代表)

協力=くるみ薬局 松戸市栄町6-418-2 047-367-4628

(写真・文=土肥佳子)

わくわくプレゼント

A 柏レイソル アンクルソックス(メンズ)



3名様

メンズフリーサイズ 賞品提供=柏レイソル

柏レイソル オンラインショップ ホームページ

B 山田水産 さばカツ・さば照焼 詰め合わせセット

3月8日は「さばの日」! 3名様

山田水産は、2021年3月8日から31日まで、究極のさば料理を決めるべく「3月8日さばの日 さば対決」と題して、山田水産の人気のさば商品である「さばカツ」と「さば照焼」のどちら派かを問う国民投票を実施します。詳細は下記二次元コードから!



投票、詳細はこちら↓



C 南柏天然温泉 すみれ 特別招待券 (入浴・岩盤浴・レンタルタオルセット)

3名様

「源泉かけ流し露天風呂」「ファイテン炭酸泉」「ファイテン岩盤浴」「連続オートウリュウサウナ」など、最新設備を含む5種類の岩盤浴と専用休憩スペースも充実!



当たった方は SNSで掲載もOKです! 『#東葛まいにち』をつけてアップしてね!



流山市向小金1-272-8 04-7197-5226

D 映画招待券 5組10名様 キネマ旬報シアター

※シアター2・3専用 高島屋柏店 ステーションモールS館隣り 04-7141-7238

E 映画招待券 3組6名様 イオンスペースシネマ野田

※土・日・祝日と特別興行は利用できません。野田市中根 36-1 イオンNOA店3F 04-7125-8480

〒277-0843 柏市明原2-3-14-203 「東葛毎日プレゼント係」 FAX:04-7146-7313 EX-ℓ tokupre@bunya.ne.jp 「東葛まいにち」ホームページからも応募可。 ※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

2021年 3月13日 必着

応募方法 ①希望賞品記号(第3希望まで)②氏名(ふりがな)③年齢④〒⑤住所⑥電話番号⑦読者のお便り▷紙面へのご意見・ご感想⑧①~⑦までを記入して、はがき、FAX、メール、ホームページの応募フォーム、いずれかでご応募を。



※応募によって得られた個人情報は、賞品の発送と、『読者のお便り』のみに利用いたします。 ※⑦の回答を紙面で紹介させていただくことがあります。匿名希望の場合はペンネームをご記入ください。

☆ ミミコの占い人生相談 ☆

西洋占星術と風水をベースにした占いで あなたの困りごとにお答えします。

新連載



Q 結婚したいのですが、どうすれば良い出会いがありますか?

柏市在住・市民団体代表Y・Kさん (33歳) 男性 1987年11月27日生まれ

A Y・Kさんは何事にも全力投球で無邪気な自由人。生まれながらの天才肌で、ひょうひょうとしていて捉えどころがないので周囲から「不思議ちゃん」キャラだと思われているかもしれません。熱しやすく冷めやすい面もありますが、ここぞという場面での集中力は人並み以上のものがあります。

そんなY・Kさん、2021年は積極的に異性と出会う機会をつくるのが結婚を引き寄せます。どんな女性とどんな家庭を築きたいのかを明確にして、できるだけ人の集まる場所に顔を出してみてください。オンラインでの集まりでも良いです。

また、今年は忙しくても趣味や習い事を始めてみると良い縁を引き寄せるきっかけになります。髪型や服装のイメチェンも吉。「モチ」を意識したものにして下さいね。思い切って環境を変えてみる、引っ越しもおすすめです。また、お部屋の中をキレイに保つことも重要です。良い運気を呼び寄せるために、特に玄関とトイレは毎日掃除してください。良いご縁がありますように。

あなたのお悩み、相談事をお寄せください。

- ①氏名②性別③ペンネーム④生年月日(分かれれば生まれた時間)も、⑤生まれた場所、⑥占って欲しい内容を明記の上、

〒277-0843 柏市明原2-3-14-203 「東葛毎日 占い 係」



までハガキでご応募か、メール(mainichi@bunya.ne.jp)または↑応募フォームのプルダウンメニューの『占い応募』を選び、必要事項明記の上送信。お待ちしております♪