BAGUS
VOL. 47
HAPPINESS LETTER
元気と幸せ・癒しをお届けするバグースハピネスレター

発行：
BAGUS
〒820-0074
福岡県飯塚市楽市459-5

いつまでも若いお肌を作るための秘訣。

あっという間に3月になりましたね。さて、最近、お客様との話の中で、「周りに何かしてる？って気づかれたらやっぱりモチベーションが上がる！」「周りから肌を褒められたら、正直、相当嬉しい。」「何もしてなかったら、今頃どうなってたかと想像するとゾッとする」という話題で盛り上がることが多いです。でも整形で、切ったり、貼ったりはちょっとね…自然に歳を重ねる方がキレイよね、とも（笑）

私は、皆さんが、実年齢よりもずっと若く見えるお肌になれたら大成幸と考えてます。だからこそ、今年も肌に自信がある方、周りからお肌を褒められる方を量産すべく、邁進していきたいなと考えてます。ということで、今回特別に、CA会員様限定でお送りした動画を公開することに！
会員さんだけじゃなく皆さんに見ていただきたい、ここだけ押さえておいていただきたい！というエイジングケアの総まとめとなっています！日々のちょっとした積み重ねが、未来のお肌を「どんどん」変えていきます。ぜひご視聴いただき日々のお手入れに取り入れてみていただけたら嬉しいです。

ご視聴はコチラ▼

美肌づくりのコツお届けします！
今月のスキンケアポイント

バリア機能強化月間

花粉によるお肌荒れで悩む方が多い時期です。花粉や黄砂・PM2.5などはお肌のバリア機能に影響を及ぼします。角質の細胞と細胞の隙間埋めをしてくれている角質細胞間脂質を産まなくしてしまう障害を起こしてしまうことがわかっています。それによって、外的刺激に弱く、またお肌内部の潤いがどんどん失われていきます。

春のアレルギーシーズンにお肌荒れしないようにするには、帰宅したらできるだけ早く洗顔をして、お肌に付着した花粉などの大気汚染物質を早く落とすことが大切です。

また、3月から紫外線量は冬の倍になります。バリア機能も低下しやすい時期ということもあり、紫外線への抵抗力が低いので、日焼け止めをたくさん塗って出かけるようにお願いします。サロンで販売している「ブライトＵＶプロテクター」は花粉、大気汚染物質対策もできる美容成分たっぷりのおすすめの日焼け止めです。日焼け止めを塗るとお肌が乾燥するというお悩みの方にぜひ使っていただきたいアイテムとなっています。光老化対策もしっかりできて、1日中しっとり感が続きます！

それから、腸が温まるとアレルギーや肌荒れが起こりにくいので、温かい飲み物食べ物を意識して召し上がってくださいね。おへそから指３本分下くらいに当たるようにカイロを貼るのもオススメです。腸内環境の良し悪しがアレルギーや肌荒れに関与しています。日々のお食事では、味噌や納豆などの発酵食品、きのこを多めに♡お肌の肌荒れ・乾燥には、みかんもオススメです。

「運がいい日」カレンダー

福

運気が上がる日をご紹介します！ますます豊かに、たくさんのハッピーが訪れますように♡

3月1日　甲子（大黒様の縁日、物事のスタートに吉、新しいものを使い始めると開運）
3月2日　一粒万倍日（この日に始めたことは万倍になる。物事の初め、口座開設、開業、開店、支払いものに吉。万倍にしたいことをすると吉。陰口はNG）
3月3日　寅の日（金運アップ、旅行、自己投資吉。この日にお金を使うと早く帰ってくる）、大安、ひな祭り
3月6日　己巳の日（弁財天の縁日・金運アップ・財布の使い始めや財布の購入吉、美に関することが吉）
3月10日　うお座新月（新月に願望を書くと実現：魚座のテーマ：無限の愛、癒し、アイデア）、一粒万倍日
3月15日　天赦日（日本の暦上最高の吉日、万事吉）、寅の日、一粒万倍日
3月18日　巳の日（金運、美容運アップの日）
3月20日　春分の日（本格的に2024年の運気がスタート！）
3月22日　一粒万倍日
3月25日　てんびん座満月（月食満月。願望成就エネルギーが最大に！叶ったと仮定して願望をノートに書くと実現。デトックスに良い日、手放したいものを処分、不用品を捨てたり、いらない感情をノートに書いて破って捨てるなど）
3月30日　巳の日、天一天上始まり（3月14日まで。この期間に掃除をすると運気アップ）