



パルシステム商品で 迎えるお正月



一足先に一宮センターサポーターが試食してみました。



【小田原籠清迎春紅白かまぼこセット】150g×2

11月5回・12月1回「迎春早期チラシ」

早期割引特価 税込1,229円（お届け12月4回）

お正月のお節料理には欠かせない「紅白かまぼこ」、すり身は贅沢に、かまぼこに適したグチを100%使用しています。

また、でん粉を加えていないため、素材本来の味と弾力を楽しむことができます。淡白な味ですが、とても美味しいので、もう一口・二口と食べたくなります。紅白セットで彩りよく、ちょうど家族で食べられるサイズなので、我が家では毎年必ず購入しています。（長さ 紅白各 約9cmです）

報告 H.A



【野付の産直いくらしょうゆ漬け】40g×2 報告 I.M

11月5回・12月1回「迎春早期チラシ」

早期割引特価 税込1,341円（お届け12月4回）

産直産地、北海道野付産秋鮭の卵を薄口しょうゆ、昆布だして味付けしたこの商品。冷蔵庫で3~4時間解凍するだけで食べられます。

プチッとプリッと！！一粒一粒がきれいな球体で、しょうゆ漬けなので臭みもなく美味しい〜♪ おめでたいお正月に華やかさをそえてくれる一品です。お節料理やちらし寿司に最高だと思います。

少量容器2パック入り、食べ切りサイズです。

【丹波の大黒豆】220g（固形量120g）報告 S.S

11月5回・12月1回「迎春早期チラシ」

早期割引特価 税込1,024円（お届け12月5回）

国産の丹波大黒豆は、とにかく豆が大きくツヤツヤ!! 砂糖と醤油のみで炊き上げてあります。しかも砂糖はパルシステムプライベート商品「花見糖」を使用。

豆の味が濃く、ふっくらと程よいやわらかさと、まろかな甘味で、もう一粒と箸が進みます。

おせちの黒豆は「丹波大黒」ぜひ食べてみて下さい。自信を持ってお勧めです！



【つきじ入船伊達巻】350g

報告 H.A

11月5回・12月1回「迎春早期チラシ」

早期割引特価 税込1,175円（お届け12月4回）

「つきじ入船伊達巻」には、スケトウタラとグチのすり身と国産の卵が使われており、とてもしっとりとしています。また、上白糖の他に和三盆を使用しているため、甘さが程よく風味豊かでした。

断面が巻物に似ていることから「知恵が増える」ことを願う縁起物です。また、鮮やかな色から、派手な卵焼きという意味で、派手・おしゃれを意味する「伊達」を用いたという説もあるそうです。

伊達巻はいつも自分で作っていたので購入したことはありませんでしたが、このしっとり感を家庭で出すのは、なかなか難しいなと思いました。是非ご賞味ください。



【お徳用えび天そば】248g×4 報告 S.S

11月5回・12月1回「迎春早期チラシ」

早期割引特価 税込1,058円（お届け12月4回）

12月31日といえば、年越しそば！我が家は毎年食べています。この商品は、そばに大きなえび天、きざみ揚げ、ねぎがのっています。つゆは、煮干し、さば、かつお、昆布、しいたけのだしが効いていて、あっさりしていますが奥深い味わいです。しっかりと量があるので男性が食べても満足できると思います。

お鍋を使って調理することもできますが、なんと電子レンジでの簡単調理もOK。おせちの準備などでバタバタしている年末に簡単に調理できるのは、主婦にとって大助かりですよ！

10月12日 山梨市民会館にて

髪も肌も大事にしたい！

この秋は始める

ヘアケア & スキンケア

を開催しました。



・・* イベント開催報告 ..* 報告者 S.S さん

【イベント開催のキッカケ】

一宮センターサポーター会議では、この間パルシステムの肉や野菜、冷凍食品など「食の安全」と「美味しさ」をお伝えするイベントをたくさん開催してきました。そんな中、次はどんなテーマのイベントを企画したら喜んでもらえるかを検討しているとき、たまたま「最近肌の調子が・・・」「最近抜け毛が多くなってきている気が・・・」などの話になり、産後から抜け毛に悩んでいた私と同じような悩みをメンバーの皆さんも持っていることがわかりました。他の組合員さんにも同じような悩みを持っている方が多数いらっしゃるかもしれない！これが今回「ヘアケア&スキンケア」イベントを開催するキッカケでした。

【講師には・・・】

パルシステムでは複数の化粧品を扱っていますが、中でも昔からヘアケア・スキンケア商品を生協にご提供くださっているサンスターさんに講師をお願いしようということになり依頼をしたところ、快く引き受けていただきました。サンスターさんには、ヘアケア・スキンケアのポイントについてのお話を願いますと共に、カタログでは使用感がわからない商品を参加者の皆さんに数多く試してもらえよう、できるだけ多くの試供品を用意してもらいました。



【サンスターさんのこと】

当初、私を持っていた「サンスター」さんのイメージは「歯ブラシ」や「歯磨き粉」などオーラルケア関連商品を扱う会社でした。なのでヘアケア商品やスキンケア商品も扱っていると聞いて、すこしビックリしました。さらに、創業当時は、自転車用のゴムのりや金属チューブを売る会社だったと聞いてさらにビックリしました。

実はサンスター商品は、パルシステムのカタログを見るだけでは判別が付きません。だから「知らないうちに使っていた」なんて方もいらっしゃるかもしれません。紙面下でサンスターさんの商品を一部紹介させていただきますのでご覧ください。

【最後に】

パルシステムは、食品だけでなく、化粧品にも厳しい基準があり、使用禁止の成分がたくさんあることを初めて知りました。カタログ掲載の化粧品にも安心・安全の思いが詰まっていることに感激！忙しい毎日ですが、今回学んだことを活かして、ヘアケア・スキンケアは自分自身と向き合う大切な時間だと考え、面倒くさがらずに自分を癒そうと思いました。

ソフトケアN シリーズ

「うるおい自然派化粧品シリーズ」厳選された5種類の肌をいたわる国産オーガニック植物エキス(保湿成分)配合



ささらぎ薬用 ホワイトニングデュウ

シミ、ソバカスを効果的に防ぎ、明るく弾力が復活した肌へ導く。肌質改善効果。



オリーブ クレンジングオイル

すかさずみずよぶなじみ、しつこいメイクも、落とすことができます。肌質改善効果。深きよから使ったしっかり落とすクレンジングオイル。



薬用スカルプエッセンス (髪は必ず育毛剤)

髪の細り、分け目の目立ち、地肌の選けが本格化する世代のために。



今回のイベント教えてもらった「ヘアケア」のこと 報告者 I.M さん

髪の悩みも人それぞれ！

【ツヤが欲しい！】

白髪染めを繰り返すとキューティクルが痛んでパサつく髪になってしまうことがあります。その対策を伺ったところ「ヘアカラーの頻度を減らすこと」が対策の1つであると教えていただきました。具体的には、白髪染めの際、毎回髪全体を染めるのではなく、生え際の白い部分をリタッチすると痛みが少なく済むとのことでした。

【白髪が増えてきた！】

白髪が増える原因には、老化や遺伝など避けられないものもありますが、生活習慣の乱れ(栄養不足・睡眠不足)やストレスなど予防できるものも！ バランスの良い食事や十分な睡眠、なるべくストレスを溜めないことなどが大切だそうです。また、黒ゴマや海苔、チーズなどの食品には白髪予防の効果があり、逆に糖質を多く含むもの、刺激物、体を冷やす食品は控えたほうが良いそうです。

【抜け毛が気になる】

男性と女性の薄毛は、ホルモンの影響など、原因が異なるようですが、対策は基本的には一緒です。

- ①十分な質のよい睡眠
- ②バランスの取れた食事
- ③毎日のシャンプーで頭皮環境清潔に保つ

それでも抜け毛が気になる方には育毛剤の使用を勧められていました。

イベントでは頭皮マッサージの方法も教えていただき、家で実践しています。パルシステムではサンスターさんの頭皮ケアできる育毛剤などの商品の取り扱いがあることを知っていましたか？パルシステムの厳しい使用成分基準を満たしている商品です。年齢問わず抜け毛が気になってきたら、ぜひ試してみてくださいね！

《頭皮マッサージ動画》



今回のイベントで教えてもらった「スキンケア」のこと 報告者 H.A さん

お肌は、水分がしっかりと保たれた状態をつくるには水分と油分のバランスが大切！ お肌を乾燥から守るには

- ①刺激を与えないようにする
- ②洗顔方法を見直す
- ③スキンケアの保湿を徹底する
- ④刺激の強いスキンケア品を使用しない

《クレンジング》

洗う順番はTゾーン→頬→目元の順番がおすすめ

《洗顔》

しっかりと泡立てる 洗顔の9割は泡立てで決まるほど大事！ 泡立てネットを使うのがおすすめです

《保湿》

- ①化粧水は1回500円玉くらいの大きさを中心から外側に向かって優しく肌のにせるようにゆっくり馴染ませる 触って手が吸い付いたらOK
- ②乳液 クリームは顔の中心から外側に向かって全体に馴染ませる。乾燥しやすくデリケートな目の回りは指の腹を使って優しく丁寧に伸ばすのがコツ
- ③乳液は水分と油分がバランスよく配合。クリームは乳液より油分が多めのため朝晩で使い分けるとよく、朝は乳液だけで、夜は両方つけるのがより効果的

シミやくすみの原因となる紫外線対策は、日焼け止めを使い徹底的に対策することが大事。顔だけでなく、手の甲や腕、首回りデコルテ、首のうしろや肩、サンダルやけなどついつい見落ととしてしまったりするので、気にして塗るようにしましょう。2~3時間おきの塗り直し(重ね塗り)がおすすめです。これって結構大変ですが、肌を紫外線から守るためには大切ななあ と身に染みました。

SPF値は、日焼け止めを選ぶときに目にすることがあると思いますが、UVBによって引き起こされる肌が赤くなる日やけを防止する指数のこと。日本では50+が最高値。これは、もし何も塗らない時、肌が赤くなるまで20分とした場合、SPF30の日焼け止めを塗ると、肌が赤くなるまで600分(10時間)かかるよ！ ってことだそうです。数値が高いほうがいんだらうなあ くらいにしか考えたことがありませんでしたので、なるほどー！ となりました。

PA値はUVAによって引き起こされる肌が黒くなる日やけを防止する指数。こちらは+で4段階に分けられ+が増えるほど効果が高くなるそうです。夏だけに限らず、一年中つけたほうがもちろんいいそうです。現在は紫外線が強いので、お子さんには、できる限り日焼け止めをつけてあげてほしいとのことでした。サンスターさんのオーガニックエキス配合のスキンケア商品はとても潤いを感じながらもベタつかない使い心地の良いものばかりでした。

「ささらぎ薬用ホワイトニングデュウ」はサンスターさん独自の有効美白成分アイリノールが配合されています。パルシステムの取扱商品は、どれも厳しい規格をクリアしたもののばかりです。是非試してみてください。

《フェイスマッサージ動画》

