

自分で自分をアゲていく!!

私の気合い入れアイテム



連載第6回

30代ともなれば身につけたいのが、不安定な気持ちのとき、
ここぞというときに自分で自分をアゲる方法。
そんな「気合い入れ」に使用するモノを紹介します。

今月の気合い入れ名人



美容ジャーナリスト
齋藤薫さん

女性誌で多数の連載を持つ他、美容記事の企画、化粧品の開発・アドバイザーなど幅広く活躍中。「あなたには“膜”があるか?」(講談社)「ここを濃とする196の言葉」(ソニー マガジンス)など著書多数。

どんなときでも
立ち上がれるように
2つのドリンクを常備!

トロリとしたドリンクに美の成分がぎっしり ルーツー ビューティードリンク

クレオパトラや楊貴妃が愛飲したと言われる、冬虫夏草、ツバメの巣、フカヒレ、真珠パウダーやコラーゲンやビタミンCも配合。30日間飲み続けることで美肌だけでなく、体の内側からケアが可能。ルーツービューティードリンク(20ml×30本) ¥13,650/ティ・ティ・エヌ



東洋と西洋2つのパワーが凝縮

密-hisoca-

大正製薬と伊勢丹ビューティープアソセサリーとのコラボで生まれたインナーケアドリンク。東洋の漢方と西洋のハーブ、二つのパワーが女性の体を健やかに導く。齋藤さんのお気に入りには生姜、蔓菁桃、柘榴の3種類。密-hisoca-(490ml) ¥5,250/大正製薬

強い心のパワーは
体から生まれます

「気合い」は体から生まれる。そう考える私が重視しているのはベストな体調をキープすること。そのために欠かせないのが、「密」や「ルーツー」などのインナーケアアイテムです。

冬虫夏草、ツバメの巣など、東洋における究極の強壮、美肌成分を凝縮したドリンクが「ルーツー」。飲めばすぐに体が温まり、エネルギーが満ちるのを感じます。飲み続けると、肌がふつから弾力を取り戻すのも魅力ですね。満腹感もあるし、1日分のエネルギーがこれ一本で手軽にチャージできるところが、なんとも有難いドリンクです。

「密」は体調を整えるため、毎朝飲んでいきます。手足の冷えを感じるときは生姜、ダイエツト中なら苺桃、肌色が冴えなかつたり、更年期の症状を感じるときには柘榴と、その日の状態に合わせてタイプをチョイスして。水で薄めるだけという手軽さと美味しさも、お気に入りの理由です。

体にエネルギーがみなぎってれば、心を強く持ち続けることができるはず。どんなに疲れていても、落ち込んでいても、すつくと立ち上がることができるようになる。そのために体を整えて、エネルギーで満たしてくれるものを、私は常備しています。