

# ★ MUTSUKI ★

○お花の  
香りのお話



●お花の  
心理テスト

# 睦月

●椿と  
言えば…  
ツバキ油

○1月のお花  
「スイセン・ウメ  
シクラメン  
ツバキ」

宣言

明るい  
笑顔

すぐ  
返事

伝える  
元気



げんき君 ホームページ

健康に関する情報がいっぱい

<http://www.genki1616.co.jp>

かちどき薬品グループ



# 1月の花と言えば? 椿

ツバキ油で「頭皮の乾燥ケア」

\*\*\*\*\*

ツバキ油とは…椿の種子から採取した天然の植物油。自然の恵みをそのままに丁寧に精製し、においや粘りを取り除いた上質なオイルです。

油の主な効果…ツバキ油は髪にうるおいを与えながら、毎日の刺激から髪を守り、髪の強度をアップします。使い続ける程に輝くツヤがよみがえります。



ツバキ油で「頭皮ケア」

乾燥しがちなこの季節…頭皮の皮脂バランスの崩れは、すこやかな髪の成長を妨げるだけでなく、フケやカユミの原因にもなります。脂っぽいフケ・乾燥したフケ・頭皮のカユミなどが気になる方へおすすめです。

# ツバキ油 基本の使い方

\*\*\*\*\*

## ①髪のツヤや美髪を叶える場合

シャンプー&トリートメント後タオルで髪を拭き、髪が濡れているうちに、ツバキ油を手にしたのぼし、こすらず上から下へなでるように髪につけましょう。濡れ髪は、オイルがまんべんなく行きわたり、自然に仕上がります。ドライヤーの熱から髪を守る効果もあります。つける量が多いとベタツとした仕上がりになりますので、少量から試し乾かした髪の状態を見て調節して下さい。

### ○目安の量●

【ショート1滴~/セミロング2滴~/ロング3滴~/】

## ②頭皮フケ・かさつきの場合

シャンプーでよく髪を洗った後、洗面器にお湯をためて、ツバキ油を2~3滴たらし混ぜます。洗面器に頭を入れ、まんべんなくお湯をかけてあげましょう。(頭を入れにくい場合は、お湯をすくい頭にかけても大丈夫)最後によく洗い流して下さい。

## ③頭皮のカユミ・毛穴の汚れの場合

シャンプー前に、ツバキ油でオイルマッサージをする事で、シャンプーだけでは落ちにくい毛穴の奥の脂汚れや古くなった角質を浮かせ、頭皮に負担をかけずに取り除きやすくします。(目安量は、上記と同じです。)その後は、シャンプー&トリートメントを。

●○2○●

# お花の香りのお話

## ○花の嗅覚的效果について●

\*\*\*\*\*

お花には色々な香りがあり、その香りによって癒される事が多くあります。では人は、どのようにその香りを感じているのでしょうか。それは鼻腔の中にある匂いを感じる部分を物質が刺激するからです。花の匂いを嗅ぐという事は、花が空気中に放出した成分を鼻から吸い込んでいるという事。鼻から吸い込まれた成分が、身体の中で心身に働きかける…これがアロマセラピーの原理です。

\*\*\*\*\*

香りの覚醒作用と鎮静作用…脳の前頭葉から出る CNV(随伴陰性変動)と呼ばれる脳波の動きを測定する事で、「この匂いを嗅ぐと頭がはっきりする(興奮=覚醒作用)」や「落ち着く(鎮静作用)」といった効果が科学的にわかるようになりました。



## ●香りの空間でリラックスタイムを○

お香やオイル、アロマキャンドルなどのグッズも人気を集めていますが、香りの効果については、覚醒効果や鎮静効果など様々ありますので、その効果を知り、香りを置く場所選びにお役立て下さい。

・覚醒効果… 『ジャスミン・ペパーミント・ローズマリー』

・鎮静効果… 『カモミール・ラベンダー・サンダルウッド』

●○3○●



# 1月のお花

## ●水仙「スイセン」○

\*\*\*\*\*

花言葉は…「うぬぼれ」・「自己愛」・「エゴイズム」



花言葉は、水面に映った自分の姿に恋をした、ギリシャ神話の美少年「ナルキッソス」の伝説にちなんでいます。

『水仙はイギリスの国花・福井県の県花です。』  
鎮静作用があり、安らかな眠りを誘います。

「日本水仙」は、地中海沿岸原産のものが中国に渡り、その後渡来したとされています。栽培されていたものが各地で野生化し、清楚な佇まいと香りが、華道・茶道といった日本の美意識とマッチし、重用されています。

## ○梅「ウメ」●

\*\*\*\*\*

花言葉は…「慈愛」・「気品」



『梅は台湾の国花・和歌山県、福岡県の県花です。』  
覚醒作用があり、代謝が悪くなった体を刺激します。

梅は中国原産の花です。日本には、薬として渡来したのが始まりとされています。太宰府天満宮のご神木「飛梅」は極早咲きの種類で、1月下旬から開花するそうです。

●○4○●

## ●シクラメン○

\*\*\*\*\*

花言葉は…「はにかみ」・「嫉妬」



現在の園芸品種には、香りがないものが多いですが、ミニチュア品種の中には優しく香るものもあります。神経を鎮めるのでもなく、緊張させるのでもなく、快さを感じさせてくれる香りです。

シクラメンは年末年始の代表的な鉢花。トルコ・イスラエルなどの地中海沿岸が原産地です。原産国では豚が好んで食べる事から、別名「ブタノパン」・「ブタノマンジュウ」とも言われています。つぼみと葉の数が比例する為、葉の数が多き株を選ぶと、沢山の花が咲きます。

## ○椿「ツバキ」●

\*\*\*\*\*

花言葉は…「理想の愛」・「ひかえめな」



椿は日本が原産です。本州から南の海岸地帯には「ヤブツバキ」、山形・新潟の山中には「ユキツバキ」が自生します。椿油は種子からとります。花木は散る時、花首からぼたりと落ちる事から、縁起が悪いと言われ、病見舞いや、新築祝いには向かない花です。

●○5○●



# お花の心理テスト



女の子が、花の種をまいて育てようとしています。毎日水をあげているうちに、ようやく芽が出てきました。もしも、この花が咲くとしたら、一体どんな花が咲くと思いますか？次の中から選んで下さい。

- ①バラ ②パンジー  
③ユリ ④ヒマワリ

この心理テストは、どんな花が咲くかを想像することで、心の中にある将来への期待や不安を知ろうと言うものです。あなたのロマンチック度、空想力、あるいは文学的創造力も知る事が出来ます。

●○6○●

## ①バラを選んだあなたは…\*…\*…\*…\*\*

将来に対し、エネルギッシュに燃えていこうという気持ちが強い人です。また、恋や性に対する憧れも強く、とてもロマンチックな夢を抱いているようです。

## ②パンジーを選んだあなたは…\*…\*…\*…\*\*

無理な事を考えず、地道に一步一步将来に向かって進んでいこうという意欲でいっぱいです。しかも優しさがあり、献身的で、人との調和を第一に考えます。空想力はあまりありませんが、何事にも現実的に考えるタイプです。

## ③ユリを選んだあなたは…\*…\*…\*…\*\*

精神的なものを第一に考える人です。将来に向かって自分をどれだけ高められるかに挑戦していこうとしています。人との交流を好み、また、文学的なものへの憧れも強く、さらに、確かな判断力の持ち主でもあります。

## ④ヒマワリを選んだあなたは…\*…\*…\*…\*\*

いつも明るく積極的です。つねに新しい事に挑戦していこうとしています。その想像を現実にするパワーを備えている人です。



●○7○●