



2015年6月号 オアゾ通信

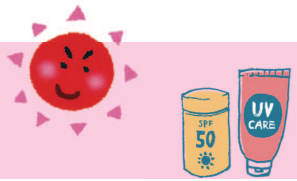
vol.9

株式会社オアゾ
〒381-1231
長野市松代町松代 613-4
TEL: 026-285-0210
HP: <http://oazo.info/>

こんにちは(#^.^#)

早いもので今年も半分が終わろうとしていますね。またひとつ、年をとってまいります。。。皆さん知っていましたか？ お肌の老化の80%は紫外線が原因ということも！！
恐ろしいですね～、紫外線(T_T)
これからの時期、外出する機会も増えますし、日差しも強くなるし、お肌はいつまでも若く
ありたいですし、、、 **という事で。。。。**

梅雨だけど 紫外線ってなに？



太陽の光には、目に見える光の他に目に見えない「紫外線」や「赤外線」が含まれています。日焼けやシミなど肌への悪影響を及ぼすものが「紫外線」。温度上昇や皮膚にジリジリとした熱を与えたり、皮膚の水分を奪うのが赤外線といわれています。今回はお肌の大敵、「紫外線」について詳しく知ってみましょう(^.^)

紫外線は3つに分けられます！

UV-A (紫外線A派)

UVAは、老化光線とも言われ肌の奥深く(真皮)まで浸透します。しかも地上に届く紫外線の95%をも占めているUVAは雲や窓ガラスも通り抜けるので曇りの日や、日当たりの良い家の中でも油断はできません！夏は特に注意が必要ですがUVAは一年中降り注いでいます。

UV-B (紫外線B派)

UVBは、日焼け光線とも言われ多く浴びることで肌表面に炎症を起こし、肌を赤くほてらせた後、肌を黒くします。UVBはオゾン層や雲に阻まれるので地上に届く紫外線の5%程と少なく日傘を使ったり直射日光に当たらないように心掛ければある程度防御できます。

UV-C (紫外線C派)

実は紫外線のうち1番肌に悪影響があるのがUV-Cなんです。しみ、しわ、たるみの原因はもちろん、皮膚癌の発生の原因となりやすい強力な紫外線です。これまではオゾン層に吸収されて地上には届いていなかったのですが、近年のオゾン層破壊の問題によって次第に危険性が増しつつあります。

UVAからお肌を守ろう！

UVAは、肌のより深くまで届きます。真皮にまで浸透し、コラーゲンやそのコラーゲン、ヒアルロン酸、エラスチン、を産み出す繊維芽細胞に損傷を与え、ハリや弾力を低下させます。それが結果的にしわやたるみといった肌ダメージの原因になるのです。UVAからお肌を守るために日傘や帽子はもちろんです、さらに日焼け止めクリームは必須です(^.^)!

日焼け止めクリームに表記されてるSPFとPAって？

肌が赤くなったリシミやそばかすの原因になるUVBの防止効果を表しているのが。。。SPF この数値は1～50まであり、昔は50以上もあったんですが、今は50以上の場合「50+」と表記されます。日焼け止めを塗らないで太陽の下で20分程過ごすと同じ肌が赤く焼けるという計算になります。SPF1で20分の日焼け防止効果があるので、SPF50の日焼け止めを塗った場合、、、20分×SPF50で1000分(16時間40分)は肌が赤くなるのを防げるという計算になります。ですが、、、塗り方にはかなり個人差があったり、汗で流れてしまったりとなかなか16時間も防止するのは難しいようです。

一方、UVAをどの程度防止することができるかを表しているのが。。。PA 「PA+」は効果があるという意味で、色素沈着を起こしてしまう時間を2～4倍に伸ばす効果を持っているといわれます。PAは数値化できないので+が多いほど効果が高くなります。でも、効果が高いもの程、肌への負担も多くなります。普段使いなら「SPF30」で充分！。。。ですが塗り直しはお忘れなく！！

紫外線って目からも入りますよ。。。。

紫外線がダメージを与えるのはお肌だけではないんです。お肌をしっかりと守っていても目からも紫外線は入るんです。しかも目から入った紫外線は、目に悪影響を与えるだけでなく、お肌にも良くないのです。というのは、目から入った紫外線の刺激でも体内で「メラニンをつくれ」と命令がでていっているんです！怖いんですね～。お肌はきちんとケアしていても目から紫外線を浴びていけば、シミができてしまうんです。そこで、外に出る時はサングラスをするといいますが、サングラスも色の濃いものを選ぶと光を入れないように瞳孔がひらいてしまします。濃い色のサングラスをかける時は、UV加工がしっかりされているものを選びましょう。

紫外線はあちこちに！！パソコン、テレビ、ブラックライト、蛍光灯からも出ているんです。微量ではありますが、油断は禁物ですよ。

皆神山の秘密

皆神山とは、長野市松代にある標高659mの孤立した山で、今から35万年前にできた岩溶ドームです。実はこの皆神山は色々謎が多い山なんです。



皆神山は世界を中心点、キリストの修行地釈迦の誕生地、UFOの発着場、世界最大で最古のピラミッドとも言われており、山頂まで車でなくても行くことのできるのだから方も多く、毎年5月5日にはピラミッド祭りというものも開催されていますよ。

皆神山の不思議

- 1、天の岩戸。。。皆神山の中腹にある古墳で天の岩戸神社と呼ばれています。細かい積み石の上に巨大な天井岩が乗っており祠の中はかなり不気味な雰囲気、。。。
- 2、底なし沼。。。皆神山山門のすぐ横にある二つの池。一見浅く見えますが、実は底なし沼と呼ばれるほど深いんです。独立山の山頂にこのように水が溜まるというのは何とも不思議ですね、。。。
- 3、黒山椒魚。。。普通、綺麗な清流にしか産卵しない黒山椒魚が、なぜ山頂の溜め池を産卵地にえらんだのでしょうか、。。。
- 4、謎の井戸。。。皆神山の東側山頂にある富士浅間神社の裏手に小さな穴があります。今は埋まっているように見えますが実はかなり深く、井戸を取り囲んでいる岩にも磁力があるのか磁石が狂うとか、。。。
- 5、小丸山古墳。。。天の岩戸神社のちょうど反対側にあり古人大穴王子の墓とされているが定かではない。古墳の下には2mの石棺が埋まっているがそれが一体何なのかは謎である、。。。



岩戸神社



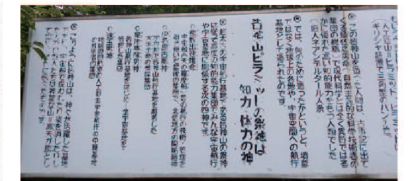
黒山椒魚の産卵地



皆神社



御神木 (樹齢1200年)



山頂駐車場看板



天地カゴメの宮



皆神山に伝わる民話



出口王仁三郎の和歌

皆神山には、熊野出速雄神社や御神木のヒムロビヤクシン、富士浅間神社、このはな桜、天満宮、天地カゴメの宮や数多くの石碑など。。。さらには宇宙空間への航行基地として造られたという説があったり。これだけ色々なものがあるという事は、やっぱり皆神山には何かありそうですね。。。調べれば調べる程、不思議な皆神山。おもしろいですね～。まだまだ秘密がありそうな謎の多いところですよ。

。。。いかがでしたか？謎の多い皆神山ですが、1P7-スポットでもあるので何か1P7-をもらえるかもしれません！(^.^)！そして、オアゾから皆神山入口までは車で5分程なんです！いつでもご案内致しますよ～♪

日焼けしたお肌をクールダウン！！
一箱で暑さが残る秋まで十分使えます♪



¥5,200 (税別)

業務用クールボディソープ 18L入り

詳しくは「ショップオアゾ」で検索！！ <http://shop.oazo.info>

小分けボトル
もあるので
ご家庭でも！



今話題の
水素水！
持ち運びにも
便利です！

乾いたお肌に水素水で水分補給！！
ペットボトルに入れた水道水を水素水に♪

ご家庭の水道水を簡単に水素たっぶり還元水に。ペットボトルで持ち運べるのでどこでも飲むことができます。水分補給はもちろん、美容や健康のためにも水素水はおすすめです。

オアゾ店頭にて¥2,800 (税込)

水素還元スティック (使用目安約3か月)

【今のお話】※裏面を見てね(^.^)

- 明日の健康コラム「低体温が病気を招く」
- 「水」→抗がん剤のおはなし

オアゾ通信バックナンバーは「おうち温泉」HP新着情報からご覧いただけます(^.^)！

【今月のベビマ日記】

「ベビーマッサージ教室 オアゾ」で検索！
ブログも見てね♪

6月の予定は。。。。

1日(月)、12日(金)、29日(月)です。

ベビマで赤ちゃんの免疫力もアップ！(#^.^#)